PERSONAGGIO

FRANCO PEPE

«Per diventare chi sono
mi sono fatto male da solo»

di **Isabella Fantigrossi**, foto di Matteo Carassale

7

PICCOLE DOSI

LA DIETA DI 100 ANNI FA

«Lo stile di vita pre-industriale
che aiuta a stare bene»

di **Franco Berrino**, foto di Laura Spinelli

25

19.10.2022

MERCOLEDÌ

CORRIERE DELLA SERA

COOK

#46

ANNO 5 – N. 9

MILLIE VON PLATEN

per il Corriere della Sera

Nata a Londra, cresciuta a Stoccolma, oggi vive a New York dove lavora come illustratrice specializzata in fumetti, libri per bambini e animazioni disegnate a mano. Collabora con il *New Yorker*

Ricette dal gusto antico, talvolta dimenticate, ma che molto sanno dire del tempo in cui sono nate
Dal Medioevo al primo Novecento, passando per Rinascimento, Illuminismo ed età borghese, il racconto della storia del Paese attraverso la pasticceria

DOLCI D'ITALIA

Testi e foto di **Francesco Pruneddu**

18

L'INCHIESTA

LA GUERRA DEL TARTUFO

Tra siccità e prezzi alle stelle, così cambia la «cerca dell'oro bianco»

di **Alessandra Dal Monte**

5

IL COMMENTO

«FUORI DALLA CUCINA AL FIANCO DEL MIO IRAN»

di **Saghar Setareh**

4

COOK.CORRIERE.IT

Distribuito con il Corriere della Sera, non vendibile separatamente. Poste Italiane Sped. in A.P. D.L. 353/2003 conv. L.46/2004 art. 1, c1 DCB Milano

EDITORIALE

(RI)PARTIRE CON LEGGEREZZA

di **Angela Frenda**

Vi faccio una confessione: noi a fare *Cook* ci divertiamo molto. Oddio, sia chiaro, dietro c'è una grandissima fatica. Ne sanno qualcosa la redazione e la preziosa Isabella Fantigrossi. Ma poi noi facciamo e pensiamo questo giornale seguendo ciò che amiamo. Abbiamo deciso di renderlo ancora più bello con il nostro art director Michele Lovison. Un restyling gentile, perché dopo quattro anni ci sembrava giusto aggiungere dei pezzi ed eliminarne, magari, degli altri. Ma tranquilli: proprio come si fa con i gioielli preziosi, nulla di essenziale è stato tolto. La cosa principale è che abbiamo aperto a una serie di amici/collaboratori/firme illustri che abbiamo imparato ad apprezzare in questi anni. Li cito in ordine rigorosamente alfabetico: Franco Berrino, Sofia Fabiani, Edoardo Mocini, Sara Porro, Francesco Pruneddu. E poi: Paola Roganti Spoletini di Coral e Mariangela Monti di Moms About Town. Nel nostro piccolo esercito di contributor restano ovviamente Alessandra Avallone, Irene Berni e Clara Bona. Oltre alle firme del giornale e a tutto il nostro team creativo di illustratori, fotografi, food stylist, home economist e producer. *Cook* è un grande collage di passioni, che marcia affiancando poi sempre voi. I nostri lettori. I nostri *Cookers* (a proposito, avete comprato la nuova agenda del 2023?). Tra i pezzi nuovi che abbiamo aggiunto, ad esempio, quello del luogo dove andare: non un albergo qualunque ma un posto provato per voi e davvero speciale. E poi le *Wine stories* di Alessandra Dal Monte, le *Nuove aperture* di Gabriele Principato, il *Cosa mangia* di Chiara Amati e tanto altro ancora. Libri, storie di donne, luoghi, oggetti, consigli, ricette (quelle non mancano mai, si sa). Ma attenzione. *Cook* si rafforza sui social, altra casa virtuale di tutti noi. Troverete sempre più contenuti inediti sul nostro canale Instagram: dirette, reels, tips. Ogni mese anche un nuovo viaggio per scoprire davvero la Franciacorta: una cartina super cool disegnata da Monica Lovati e pensata da Emilia Mistica. E poi leggerete anche del restyling della nostra cucina. Ci siamo fatti belli anche lì. La nostra cucina diventerà un luogo d'incontro per tante novità, digitali e in presenza, che arriveranno tra questo fine 2022 e l'inizio del 2023. Preparatevi, dunque. E, a proposito: ci vediamo il 28 novembre con i nostri premi annuali, i Cook Awards. Preparatevi a votare i vostri preferiti. Buona lettura!

Ps: da questo mese ci troverete sul giornale anche in versione avatar. Grazie a Stanley Chow che ha accettato di disegnare tutta la redazione.

SOMMARIO

IL COMMENTO

Il racconto della food writer di Teheran che da Roma, dove vive, segue la protesta contro la Repubblica islamica: un messaggio universale contro chiunque imponga agli altri come vivere

«LA RIVOLTA IN IRAN CI RIGUARDA TUTTE: PER QUESTO DA UN MESE NON ENTRO IN CUCINA»

di **Saghar Setareh***
illustrazione di Francesca Arena

Nel suo nuovo memoir *Small Fires*, Rebecca May Johnson usa la cucina come un mezzo per esprimere pensieri su sé stessa e il mondo. Johnson comincia il libro con il grembiule e le sue corde, spesso legate strette intorno al corpo femminile durante la storia, per tenere legata la donna al suo «destino naturale» in cucina. «Taglia le corde di questo grembiule!». Io, che di mestiere faccio la food writer e la fotografa, a leggere queste parole penso che è quasi un mese che non metto piede in cucina, e di sicuro non mi sono messa il grembiule. In questo mese sono stata attaccata a uno schermo, come tutti gli iraniani che come me vivono all'estero, a guardare le donne del nostro Paese orchestrare con il proprio corpo un'ampia rivoluzione, tagliando non le corde dei grembiuli, ma i propri capelli, strappandosi il velo dalla testa e dandogli fuoco. E poi danzare, intorno non a *Small Fires* ma a dei grandi falò che consumano questi pezzi di stoffa per anni simbolo di discriminazione, molestie, mancanza di rispetto e di diritti. Sono scene gloriose che evocano le immagini delle dee potentissime, irose, e delle streghe finalmente liberate, mai bruciate.

Queste proteste iraniane sono iniziate con la morte della 22enne Mahsa (Jina) Amini lo scorso 16 settembre. Mahsa era in visita a Teheran con la sua famiglia quando è stata arrestata dalla polizia morale con l'accusa di indossare male il velo. Le evidenze sono che Mahsa è stata bastonata brutalmente nel van della polizia per aver posto resistenza agli insulti e alle accuse degli agenti. Poche ore dopo viene trasferita in ospedale in stato di morte cerebrale, e spira dopo due giorni di coma. Il corpo di Jina è stato sepolto nella sua città natale di Saqqez, nella regione del Kurdistan. Sulla sua tomba hanno scritto «Cara Jina, tu non morirai. Il tuo nome diventerà la parola d'ordine». E così è stato. Il nome di Mahsa Amini è diventata la parola d'ordine di questa rivoluzione femminista, che prende anche il suo slogan in prestito dai kurdi: «Zhin, Zhian, Azadi», donna, vita, libertà. Così le donne e gli uomini iraniani, soprattutto i giovanissimi, sono scesi per strada e le proteste continuano ancora, nonostante le repressioni violente e barbariche del regime. Finora sono state arrestate più di mille persone e ne sono state uccise 201, tante delle quali sono ragazze tra i 15 e i 20 anni.

Non è la prima volta che le donne iraniane si ribellano contro il velo obbligatorio in questi 40 anni. C'è da notare — soprattutto per chi vorrebbe promuovere la propria agenda islamofobica — che questo movimento non è contro la religione. Il velo obbligatorio in Iran è un simbolo dell'oppressione sistematica delle donne e dell'abuso di potere. Il 65 per cento dei laureati in Iran sono donne, ma la testimonianza di una donna in tribunale vale la metà di quella di un uomo e questo è solo un esempio delle leggi che sistematicamente discriminano le iraniane. In generale, gli iraniani stanno lottando per la democrazia da più di 100 anni. Anche in questi 43 anni di Repubblica islamica hanno continuato a lottare. La mia generazione si ricorda molto bene le proteste del 2009, 2017 e 2019. La rivoluzione di questi giorni — perché è una rivoluzione, e il mondo la deve riconoscere come tale — ha alcune caratteristiche delle rivolte precedenti. L'assalto notturno all'università Sharif per arrestare gli studenti per esempio è molto simile al sanguinoso assalto all'università di Teheran del 1999. Come nel 2019, anche questa volta il regime ha staccato Internet al Paese, sperando di reprimere le proteste nel buio mediatico come quello creato tre anni fa, quando il regime ha ucciso 1.500 cittadini. Ci sono però dei fenomeni che rendono questa rivoluzione diversa dalle rivolte precedenti. Per esempio le proteste non sono limitate ai gruppi sociali o generazionali che da soli portano avanti la lotta: donne, uomini, giovani, vecchi, classe media, poverissimi ma anche persone di diverse regioni e diverse etnie. Il regime vuole raccontare una narrativa separatista di queste proteste, per questo ha fatto un bagno di sangue sia a Zahedan, nel sud est dell'Iran, che a Sanandaj, nel Kurdistan. Il secondo punto è che questa volta il messaggio è molto chiaro, e gli iraniani lo stanno urlando nelle strade al costo della vita: non vogliamo la Repubblica islamica. Non vogliamo più vivere così. Non abbiamo più paura. Vogliamo i diritti uguali per le donne e le minoranze, una vita dignitosa per tutti, e la libertà di esprimerci. Pochi giorni dopo le proteste due donne giovani sono andate a fare colazione in un caffè in centro a Teheran, noto per essere più favorevole a servire gli uomini. Ci sono andate senza il velo. Hanno mangiato, si sono fatte una foto, immortalando questa colazione storica e l'hanno annunciato su Twitter. Dopo sono state arrestate, ma la storia è cambiata lo stesso. Noi non torniamo indietro, ed è ora che anche i potenti dell'Occidente lo capiscano. E infine, questa è una rivoluzione perché quello che stanno facendo le donne iraniane ci riguarda tutte.

Questa è una battaglia, forse la prima nel suo genere, che passa attraverso il corpo della donna. Lo stesso corpo che è stato il campo della repressione, quello che ora le donne mettono davanti ai bastoni e ai proiettili. Il corpo intorno a cui io posso decidere di legare un grembiule oppure no. Sostenere le donne iraniane manda un messaggio chiaro agli altri governi che vogliono decidere cosa le donne possono e non possono fare con il proprio corpo. È già successo in America, potrebbe succedere anche in Italia. «Donna, vita, libertà» è come un albero. Sotto la sua ombra possono aggiungersi non solo tutte le donne, ma chiunque rifiuti un sistema patriarcale nello Stato, nella società e a casa. E io sono orgogliosa delle iraniane che in questi giorni lo stanno urlando per le strade. Amplifichiamo la loro voce.

*Classe 1985, nata a Teheran, vive a Roma da anni. Per lavoro fotografa, scrive, organizza corsi di cucina e conduce tour gastronomici per la città. Nel 2023 uscirà il suo primo libro di cucina, dedicato al cibo persiano, che sarà pubblicato da Murdoch Books. Su Instagram è @labnoon

Essere liberi di esprimersi: il grido nelle piazze delle città è estendibile a ogni tipo di oppressione, come il patriarcato

Questa rivoluzione è diversa dalle altre: tutti i cittadini vi partecipano, nessuno ha paura, seppur rischiando, di chiedere diritti uguali per tutti

Il pregiato fungo sotterraneo soffre per la siccità: ce n'è di meno, e di piccole dimensioni. Dunque sale il costo: 50 euro per una grattata al ristorante. Così la competizione tra «trifolau» si fa sempre più dura

TARTUFO BIANCO D'ALBA, I TIMORI (SEGRETI) DEI CERCATORI

di **Alessandra Dal Monte**
illustrazione di Francesca Arena

«Se vent'anni fa con trenta *buchi* tiravamo fuori un chilo, un chilo e mezzo di tartufo, adesso con gli stessi *buchi* arriviamo al massimo a 500 grammi. Ci sono sempre meno tartufi, e sono sempre più piccoli... del resto con le estati così asciutte, cosa pretendiamo, mica si possono sviluppare bene. Sono funghi, gli serve l'acqua». La voce è quella di Ezio Costa, 75 anni, di cui 61 passati nei boschi: un *trifolau* — «cercatore di tartufo» in dialetto piemontese — esperto che ha ereditato la passione (e i trucchi del mestiere) dal padre e dal nonno. I *buchi*, spiega, sono in gergo i punti in cui si scava quando i cani fiutano l'impareggiabile aroma del tartufo bianco d'Alba. *Tuber magnatum pico*, per essere precisi. Il più pregiato fungo ipogeo (sotterraneo): non soltanto per la bontà — il profumo e il sapore sono particolarmente intensi — ma anche per il fatto che, a differenza del cugino nero, non si può coltivare. O perlomeno, finora nessuno ci è riuscito.

E dunque i circa quattromila *trifolau* del Piemonte, registrati con regolare patentino, vestiti con il gilet mille tasche per tenere a portata di mano l'armamentario di *sapin* (zappini) e seguiti dai loro amati cani («non per forza lagotto e non per forza di razza», precisa Ezio Costa), ogni anno dal 20 settembre al 31 gennaio van per boschi a contendersi l'«oro bianco». Di giorno, di notte, da soli. La regola non scritta è cercare di non incontrarsi, non condividere mai «i posti», allontanarsi se si scorge un collega già all'opera. Si narra di cani avvelenati e gomme tagliate come gesti di intimidazione. «Queste cose io non le ho mai vissute, ma diciamo che siamo tutti amici fino al 20 settembre, poi fino al 31 gennaio facciamo finta di non conoscerci», dice Costa. Un *trifolau* giovane come Stefano Pio, 32 anni, cercatore autodidatta da 15 stagioni, racconta di aver ricevuto minacce «vocali»: «Mi dicevano di non farmi più vedere, mi volevano far passare la voglia, ma io me ne sono fregato. Ed è vero che durante la cerca siamo in guerra, ma senza gesti scorretti: bisogna semplicemente non starsi tra i piedi».

La competizione è sempre stata tanta, figuriamoci adesso che i tartufi sono pochi. «I vigneti e i noccioleti hanno tolto spazio ai boschi, conosco miei coetanei che comprano pezzi di bosco proprio per evitare che vengano estirpati», racconta Francesca G., 38 anni, studi in sostenibilità a Londra e la decisione recente di buttarsi in quella che per questa zona è un'economia a tutto tondo: oltre alla cerca, infatti, che per i *trifolau* è un secondo lavoro, ci sono i turisti da accompagnare per boschi (500 mila quelli che arrivano durante gli otto weekend della stagione, per oltre 25 milioni di euro di indotto), i ristoranti, le strutture ricettive... «Preferisco restare anonima perché sono appena entrata in questo mondo e vorrei rimanere invisibile per un po': quando incontro colleghi più anziani dico che sono un'escursionista», spiega Francesca. Una *trifolau* donna e senza tradizione familiare alle spalle: «Non siamo tante, ma ci siamo. Io nel bosco sento di aver trovato il mio posto nel mondo. Ormai so riconoscere i rumori, comunico con i cani... è una passione incredibile». Un'esperienza tra il meditativo e il mistico, dicono. Così complessa e suggestiva che dal 2021 la «cerca e cavatura del tartufo in Italia» — non solo in Piemonte — è patrimonio immateriale dell'umanità Unesco.

Eppure, la situazione è preoccupante a causa del cambiamento climatico: «In quanto frutto della terra completamente spontaneo, che cresce in simbiosi con le radici delle piante, il tartufo bianco è un indicatore della salubrità ambientale — spiega Stefano Mosca, direttore generale dell'Ente Fiera del tartufo bianco d'Alba —. Storicamente, le colline delle Langhe, del Monferrato e del Roero hanno sempre avuto stagioni fresche, con piogge distribuite, in grado di irrigare in profondità il terreno. Negli ultimi anni invece si sono prolungati i mesi di siccità e le poche piogge sono vere e proprie bombe d'acqua che scorrono via sul suolo secco senza penetrare a fondo: tutto ciò sta facendo diminuire i tartufi, e questa riduzione già di per sé non è un buon segno dal punto di vista dell'ecosistema. In più, si apre tutta la questione prezzi: poiché la domanda non scende, anche quest'anno, come nel 2021, la stagione si è aperta a cinquemila euro al chilo. Un costo che va a compensare la scarsità di prodotto e la fatica dei cercatori, ma che allo stesso tempo diventa troppo impegnativo per il consumatore finale: al ristorante una lamellata di tartufo (8-10 grammi, *ndr*) in un anno medio costa 25 euro, oggi siamo sui 40-50. Questo significa che un cliente normale deve scegliere tra il tartufo e la bottiglia di vino, e non è un bene. Per noi il prezzo giusto è attorno ai tremila euro al chilo». Ma sono lontani i tempi dell'abbondanza: «Sto raccogliendo circa un chilo di tartufo a settimana. Negli anni Novanta i chili erano sei/sette. E settant'anni fa non si sapeva dove metterli: si andava in giro con i carretti pieni», ricorda Ezio Costa.

Non è un caso che la 92esima Fiera del tartufo bianco d'Alba, in corso fino al 4 dicembre, quest'anno abbia lo slogan «Time is up», il tempo è finito. Una provocazione che richiama alla consapevolezza: «Dobbiamo tutelare il più possibile le aree tartufigene — spiega Isabella Gianicolo del Centro nazionale studi sul tartufo di Alba —. Noi, insieme alla Fiera, ai cercatori e alla Regione abbiamo programmi di pulizia delle zone boschive, di ripiantumazione delle specie arboree, di turismo sostenibile». I 140 euro di tassa regionale di scopo che ogni *trifolau* spende all'anno per il patentino vengono reinvestiti così, per aiutare pioppi, querce, tigli, noccioli selvatici. Le varietà sotto le quali cresce, quasi per magia, l'«oro bianco». «Ma se si va avanti con questo caldo e si seccano le piante, che si fa?», è il timore segreto dei cercatori. E non solo.

Negli anni Novanta i cercatori raccoglievano sei-sette chili a settimana, oggi uno: il timore è che il caldo secchi le piante «vocate»

Vigne e noccioleti hanno man mano ridotto lo spazio dei boschi: serve un piano di tutela del paesaggio tartufigeno

TRE COSE DA SAPERE

1

Franco Pepe, 59 anni, è il pizzaiolo italiano più celebre al mondo. Dopo il liceo scientifico, ha cominciato a lavorare come insegnante di educazione fisica e, parallelamente, come pizzaiolo nel locale del papà Stefano a Caiazzo (Caserta)

2

Nell'ottobre 2012 inaugura la sua prima pizzeria, «Pepe in Grani», a poche centinaia di metri dal locale di famiglia. All'interno diverse sale, tra cui la sala del Gusto e Authentica, una stanza per 8 persone con banco di lavoro e forno

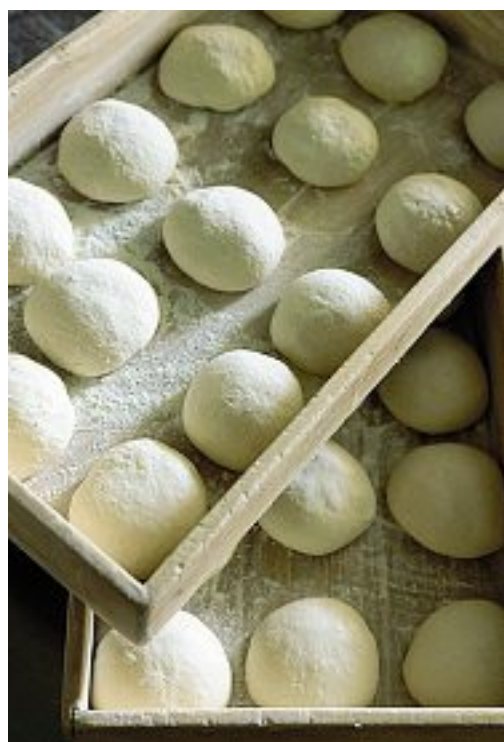
3

Oggi la pizza di Franco Pepe si assaggia anche a «La Filiale» a Erbusco (Brescia) e a «Proxima» a Lavello (Potenza). Poche settimane fa ha ritirato a Madrid, per la seconda volta, il Best Chef Pizza Award

FRANCO PEPE

Il pizzaiolo più famoso nel mondo, celebrato nell'ultima serie di Chef's Table, si racconta senza filtri: dalle fatiche giovanili alle incomprensioni coi fratelli. Il successo internazionale. La crisi del suo matrimonio La malattia. La lotta per farcela. E una consapevolezza: «Per diventare chi sono mi sono fatto male da solo»

di **Isabella Fantigrossi**
foto di Matteo Carassale, producer Benedetta Moro

IL PERSONAGGIO

«Non è stato facile». Una frase che ripete spesso Franco Pepe, mentre affonda le dita nell'enorme impasto, il segreto della sua pizza speciale, che ogni giorno viene preparato a mano dentro grandi madie di legno. «Non è stato facile diventare chi sono. Ci sono riuscito, sì, ma mi sono anche fatto del male da solo. Per avere tutto questo ho perso la mia famiglia». Francesco Pepe, erede di una dinastia di panificatori campani, è oggi, probabilmente, il pizzaiolo più celebrato nel mondo. Poche settimane fa, per dire, Netflix gli ha dedicato una puntata della serie di culto *Chef's table*. In America lo amano, a cominciare dalla scrittrice Faith Willinger e dalla chef Nancy Silverton, nate clienti e diventate oggi amiche. Il suo locale, «Pepe in Grani», aperto in un antico palazzo nascosto nel centro di Caiazzo (piccolo paesino arroccato sulle colline casertane), viene ogni giorno preso d'assalto da clienti in adorazione che si accalcano in vicolo San Giovanni Battista per aspettare diligentemente il turno, mangiare e salutare poi «il maestro». Il presidente della Repubblica lo ha insignito dei titoli di Cavaliere al Merito e di Cavaliere Ufficiale. Mentre un mese fa Pepe ha ritirato a Madrid, per la seconda volta consecutiva, il premio The best chef pizza award. Un successo inaspettato. «Delle volte penso: ma io faccio solo pizze! Se guardo al mio lavoro, mi sento molto appagato», confessa stupito. Eppure, mentre si prepara a festeggiare i dieci anni dall'apertura di «Pepe in Grani», Franco Pepe intervalla le frasi a grandi sospiri. Come se delle nuvole si addensassero tra i pensieri. «Non è stato facile». Lo ripete spesso. E qualche volta si commuove, quando ricorda le cento vite vissute nel tempo di una sola. «La mia è una storia non lineare, fatta di contrasti indelebili»: la fatica giovanile del doppio lavoro e poi la gioia di vedere crescere il suo progetto; il patto con i fratelli e poi le incomprensioni in famiglia; i primi risultati e poi la crisi del suo matrimonio; l'amore sconfinato per i figli Stefano e Francesca e poi la malattia, scoperta per caso grazie a una bicicletta arancione. Accende una sigaretta («ho cominciato a fumare ora, all'età in cui di solito si smette...»), riflette su ciò che è stato, e intanto è pronto a programmare il suo futuro. Il suo sogno, forse, in Brasile. Quello di «Pepe in Grani», con il figlio Stefano al comando, «se lui vorrà». E quello dei pizzaioli di tutto il mondo: «Perché è ora che in Italia si cominci a insegnare davvero questo mestiere nelle scuole».

Ho un grande sogno: ritirarmi prima o poi in Brasile e insegnare il mestiere ai ragazzi

Qui a sinistra, in senso orario, Franco Pepe nel suo locale, una sala del ristorante e un pizza del menu. Nella pagina accanto, nella foto grande, il personale di sala. Sotto, da sinistra, la pasta acida per la lievitazione, dei panetti di pizza, una Fiat 500 a Caiazzo e il maestro nel laboratorio degli impasti

INGREDIENTI

Per l'impasto (6 pizze): ***½ litro*** *d'acqua,* ***800 g*** *di farina 0,* ***22 g*** *di sale,* ***5 g*** *di lievito di birra. Per la riduzione di basilico:* ***10 g*** *di foglie di basilico,* ***q.b.*** *di olio evo,* ***1*** *cubetto di ghiaccio. Per la farcitura (per una pizza da* ***250 g****):* ***q.b.*** *di passata di pomodoro riccio,* ***90 g*** *di mozzarella di bufala campana DOP,* ***q.b.*** *di riduzione di basilico, olio evo*

Versate l'acqua in una terrina e miscelate la farina, facendo sciogliere il sale nell'acqua. A metà procedimento aggiungete il lievito, continuando a impastare per 15/20 minuti. Lasciatelo riposare per quattro ore coprendolo con un panno. Formate dei panetti, il cui peso è di circa 250 g. Lasciateli riposare per altre due ore. Per la riduzione di basilico, unite le foglie di basilico all'olio e al ghiaccio in un frullatore fino a quando otterrete un liquido verde chiaro. Stendete un disco di pasta, lasciando un cornicione uniforme lungo tutta la circonferenza. Cospargete di mozzarella, infornate solo con un filo d'olio per 10/15 minuti circa. Ultimate con piccole strisce di passata e della riduzione di basilico.

Franco Pepe, il mestiere, l'ha imparato dal padre Stefano, del quale campeggiano grandi immagini in bianco e nero dentro il locale. Tutta la sua vita è concentrata in meno di duecento passi tra i vicoli di Caiazzo. «Poche centinaia di metri. Qui sono nato, qui c'era il forno di mio nonno Francesco e poi la pizzeria di mio papà». Dopo il liceo scientifico diventa insegnante di educazione fisica ma allo stesso tempo lavora nel locale di famiglia. «In quegli anni non c'era molta scelta, bisognava seguire i genitori. Da ragazzo vivevo come un'ingiustizia il fatto che dovessi lavorare con loro. Anche perché all'epoca il mestiere del pizzaiolo era usurante, bistrattato. Perciò il mio primo obiettivo di vita è stato: non fare mai il pizzaiolo». Ma quando nel 1996 il papà viene a mancare, qualcosa cambia. «Con i miei fratelli, Nino, commercialista, e Massimiliano, architetto, per senso di responsabilità decidiamo di portare avanti il locale». Durante i primi tempi, faticosissimi, la mattina insegna, il pomeriggio si sposta in cucina. Poi, un giorno, matura l'idea di puntare tutto sulla ristorazione. Lascia l'insegnamento, con l'idea di osare un po' di più al bancone della pizzeria. Vuole studiare. Migliorare, fino alla perfezione, le ricette della tradizione. Scovare ingredienti locali di primissima qualità. E ridare dignità al mestiere del pizzaiolo. «Avevo voglia di imparare — racconta —, ma non c'era una scuola. Così un giorno alla settimana cominciai a girare con il mio impasto per i grandi ristoranti d'Italia per imparare i metodi dell'alta cucina». La sua voglia, però, non viene capita dai fratelli. «Nel locale di papà non potevo fare quello che volevo». E prende la decisione di trovare un luogo tutto suo. A costo di interrompere il rapporto con la famiglia: Nino e Massimiliano si sentono traditi. Ma, dall'altra parte, Franco crede nel suo progetto. E ci investe. Il 14 ottobre del 2012, dopo una lunga ricerca del posto adatto, apre «Pepe in Grani» in un antico palazzo in via San Giovanni Battista, uno dei tantissimi vicoletti del borgo storico di Caiazzo. Coincidenza vuole che nel tredicesimo secolo la stradina si chiamasse San Giovanni *de lo furno*: «Proprio qui, anticamente, c'era un forno che panificava per i poveri. Avevo trovato il mio posto».

Franco Pepe organizza il locale tra varie sale, alcune più tradizionali, altre dedicate ai percorsi di degustazione, mentre un piano ospita le camere per gli avventori che arrivano da lontano. Ed è qui che nascono le sue creazioni più celebri, le pizze che ogni mese oggi richiamano a Caiazzo, paese di 5 mila abitanti, circa 13 mila clienti da tutto il mondo. Il segreto? L'impasto si prepara ancora oggi, ogni giorno, tutto a mano. «Perché è solo l'uomo che può dare identità al prodotto. L'alta tecnologia la uso dopo, in cucina». Pasta acida, acqua e un blend di farine realizzate apposta per Pepe da un mulino della Franciacorta prendono così forma nelle antiche madie di legno conservate nella stanza degli impasti al primo piano. «Poi il resto, la pizza, si fa con la testa». Mettendo in pratica idee studiate a lungo, semplici eppure geniali. Come la margherita sbagliata, che si prepara con una base di mozzarella e un condimento di pomodoro, il contrario cioè della tradizionale: «Nel casertano si coltiva il pomodoro riccio, una varietà dal sapore unico, speciale, che però si perde se viene cotto in forno a 400 gradi. Così ho pensato che fosse meglio, invece, cuocere solamente la base con mozzarella ed extravergine e, solamente a fine cottura, aggiungere una riduzione di pomodoro riccio e una di basilico». Sia chiaro, gli ingredienti della tradizione restano, soprattutto quelli di piccoli produttori locali come l'azienda agricola La sbecciatrice o il caseificio Il casolare, ma tutti i sapori sono esaltati al massimo. La sua pizza fritta? Ricercata a lungo fino al risultato di oggi: profumata, leggera, croccante fuori e morbidissima dentro. Come il conetto Ciro, con fonduta di formaggio, pesto di rucola e polvere di olive caiazzane. O la pizza dolce, come la Crisommola del Vesuvio, con ricotta di bufala, nocciole tostate al

IL PERSONAGGIO

INGREDIENTI

*Per l'impasto (8 panetti): **½ litro** di acqua, **800 g** di farina 0, **22 g** di sale, **5 g** di lievito di birra. Per il pesto di rucola: **30 g** di rucola, **5 g** di olio extravergine di oliva, **1** spicchio d'aglio, **q.b.** di latte, **q.b.** di pinoli. Per la crema di grana: **50 g** di panna, **25 g** di Grana Padano 12 mesi. Per il ripieno (un panetto): **1 cucchiaio e ½** di pesto di rucola, **q.b.** di crema di grana, **q.b.** di olive caiazzane disidratate in polvere*

Iniziate versando l'acqua in una terrina e miscelate la farina piano piano, facendo sciogliere il sale nell'acqua. A metà procedimento aggiungete il lievito di birra, continuando a impastare per 15/20 minuti. Quando l'impasto sarà compatto, lasciate riposare per quattro ore coperto da un panno. Procedete quindi allo staglio, formando dei panetti: il peso di ciascuno sarà di 180 grammi. Lasciateli riposare per altre due ore. Intanto dedicatevi al pesto di rucola. Sbollentate la verdura per 8 minuti. Raffreddatela con del ghiaccio. Poi, sbollentate l'aglio in un po' di latte. Unite tutti gli ingredienti nel frullatore. Per la crema, versate la panna in un pentolino e portatela a ebollizione mescolando continuamente. Toglietela dal fuoco e versatela nel frullatore, aggiungendo il Grana Padano. Mixate per 10 secondi e lasciate raffreddare: sarà pronta quando avrà una consistenza cremosa. Per la farcitura, stendete un panetto, spalmate la crema di grana al centro del disco e aggiungete un cucchiaio e mezzo di pesto di rucola. Chiudete il disco di pizza a mezza luna e schiacciate le estremità affinché resti ben chiuso. Friggete il calzoncino in olio di semi ben caldo qualche minuto aiutandovi con una schiumarola. Tagliatelo a metà e spolverizzate con le olive.

forno e menta: una ricetta nata per utilizzare, sotto forma di confettura, le albicocche vesuviane che nessun contadino del posto voleva più raccogliere perché poco convenienti». Allo stesso tempo, Pepe lavora sulla ridefinizione del mestiere del pizzaiolo. «L'ho scomposto», ama dire Franco Pepe: «Una volta nei locali faceva tutto il pizzaiolo, che dava il nome ai luoghi, da Michele, da Stefano, e che portava su di sé un carico di lavoro disumano. Oggi, invece, noi abbiamo una squadra specializzata di impastatori, una di pizzaioli, una di cucina, una che fa il controllo di ciascuna pizza che esce dal forno. Abbiamo lavorato sulla formazione, i ragazzi sanno ricreare le mie ricette. Così il mestiere è suddiviso, la qualità cresce e il carico di lavoro si riequilibra». E nella politica del locale l'attenzione ai prezzi resta un punto fermo. «La pizza deve restare un cibo popolare. Perciò qui si trova dalla pizza a libretto a due euro alle classiche, dalle originali fino ai percorsi degustazione. Se non lavorassi così, anche io farei una pizza come tanti altri. E nessuno verrebbe a Caiazzo a mangiarla».

Come fece, invece, qualche anno fa, Jonathan Gold, il giornalista americano premio Pulitzer che sull'edizione americana di *Food&Wine* scrisse, incoronandolo definitivamente: «Probabilmente da Franco Pepe ho mangiato la migliore pizza del mondo». Immaginata, voluta e creata nonostante i chiaroscuri della sua vita. «In questi dieci anni — racconta — ho vissuto moltissimi momenti bui. Oggi tutti vedono un uomo di successo ma, a fronte di tutto questo, nel privato mi sono fatto male da solo». Con i fratelli il rapporto si è recuperato in parte, dopo il funerale della mamma: «Ci siamo abbracciati. Io mi sono aperto, ora aspetto loro. Sarebbe importante riuscire a fare qualcosa insieme. Non è possibile farsi concorrenza a pochi metri di distanza». Mentre quello con la moglie Rita si è progressivamente incrinato. «Sono stato innamorato pazzo di lei. Poi però ci sono sopraggiunte tante incomprensioni. Qualche volta ho persino pensato di smettere. Allo stesso tempo, però, ho sempre creduto nelle mie idee: non potevo non salire su quel treno. Il mio, però, non è stato un gesto folle ma il frutto di lunghe riflessioni, perché capivo che il mondo della pizza, la ricerca, lo studio, mi davano qualcosa in più». Alla fine Rita e Franco si separano. «I primi tempi sono stati durissimi. I miei figli hanno sofferto molto. Io vivevo da solo in un minuscolo bilocale senza cucina. Per mangiare andavo sempre in pizzeria». Senza mai, però, mollare. Nonostante la fatica. E il dolore. Acuito dalla scoperta, cinque anni fa, di avere un tumore. «Un giorno uno dei ragazzi della squadra di bici che allenavo, Mimmo, mi viene a trovare e mi porta una mia vecchia bicicletta arancione che aveva fatto rimettere a nuovo», racconta. Nel vicolo dietro la pizzeria Franco Pepe la prova. Ma, nel salire, avverte un dolore strano. «Dopo qualche giorno mi faccio visitare e scopro di avere un tumore maligno da operare subito. Quel giorno, mi è caduto il mondo addosso. Ero solo e avevo molta paura. Oggi sono guarito, ma ho un grande desiderio di tranquillità e penso sia arrivato il momento di pensare un po' a me stesso e al futuro di questo progetto».

Che riguarda, inevitabilmente, anche la definizione del mestiere di pizzaiolo in Italia. «Che cosa è il pizzaiolo? Come lo si diventa? Ancora oggi non esistono corsi specifici nelle scuole. E una guida importante come la Michelin non ha ancora riconosciuto le pizzerie di qualità come locali da segnalare — dice —. Alla fine non c'è scritto da nessuna parte che io sono tra i migliori. L'Italia è il Paese che può dare al mondo i migliori pizzaioli ma non ci si può improvvisare, bisogna istituire una formazione permanente, che è l'unica vera strategia di crescita per il settore: oltre a corsi di sala, cucina e accoglienza, gli istituti alberghieri devono cominciare a organizzare quelli di pizzeria e noi pizzaioli dovremmo essere chiamati come docenti esterni esperti. Ne guadagneremmo per il futuro. Ne ho parlato tante volte a Roma ma al

Qui sopra, il pomodoro riccio, tra i prodotti del casertano utilizzati dal maestro. In alto, a sinistra, Stefano, il figlio di Franco Pepe, a destra il dehors del ristorante. In basso, una pizza fritta. Nella pagina accanto, Pepe nei vicoli di Caiazzo e un piatto in carta

momento non si è fatto ancora nulla».

A Caiazzo, intanto, Pepe sta pensando di ristrutturare l'antico edificio duecentesco, tutelato dalla Soprintendenza, di fronte a «Pepe in Grani». «Sto ragionando su che cosa farne. Deve essere un'appendice polivalente del locale, che ne aumenti l'offerta, oppure un piccolo luogo di formazione per ragazzi. Abbiamo tante idee, dobbiamo capire qual è la migliore. Il mio sogno? Vedere il locale continuare con i miei figli e poi andare in pensione. Io sono vecchio ormai», sorride. Francesca già ora si occupa di comunicazione e dei social del gruppo (che comprende anche «La Filiale» a Erbusco, nel resort L'Albereta, e «Proxima», nel resort di San Barbato, a Lavello), Stefano sta al banco delle pizze. «È molto bravo, è creativo, ha inventato già alcune ricette che abbiamo in carta, come la pastiera fritta». Un cono dolce con crema pasticcera, nocciole, cannella e zest di arancia. «Non ha, però, ancora deciso se vuole rimanere qui definitivamente o no. Tra noi due ci sono sempre state grandi interruzioni nel nostro rapporto. Molti mi dicono che sono un padre ingombrante ma io credo sia meglio avere un padre così che un fallito. Certo, io alla sua età, a 27 anni, volevo solo scappare dalla pizzeria di papà. Perciò non voglio costringerlo a restare, è giusto che rifletta perché desidero che si senta realizzato e felice. Io, però, mi sento responsabile nei confronti di tutto il gruppo». Anche perché, per sé, si immagina un futuro forse lontano: «Avrei un desiderio: sogno di vivere il mio ultimo quarto di vita in Brasile — dice—, per dare qualcosa a giovani che non hanno possibilità, insegnare loro un mestiere. Sarebbe un modo per onorare la memoria di Maurizio, ragazzo brasiliano che era stato adottato dalla sorella di papà. Ha avuto una storia travagliata. In quei momenti avrei potuto stargli vicino». Oggi Maurizio non c'è più. «E io, tuttora, mi sento in colpa per non essere riuscito ad aiutarlo come avrei voluto. Perciò mi piacerebbe creare un progetto di sostegno in America Latina e dedicarlo a lui. Ci sto ragionando. Se riuscissi prima o poi a farlo, sarei finalmente soddisfatto». E i contrasti della sua vita, forse, un po' meno indelebili.

CRISOMMOLA DEL VESUVIO

INGREDIENTI

Per l'impasto (8 panetti): ***½ litro*** *di acqua,* ***800 g*** *di farina 0,* ***22 g*** *di sale,* ***5 g*** *di lievito di birra.*
Per la farcitura (un panetto): ***70 g*** *di ricotta di bufala campana DOP aromatizzata al limone,* ***q.b.*** *di confettura di albicocche del Vesuvio,* ***q.b.*** *di nocciole tostate e tritate,* ***q.b.*** *di olive disidratate caiazzane in polvere,* ***q.b.*** *di foglioline di menta fresca*

Incominciate con l'impasto. Iniziate versando l'acqua in una terrina e miscelate la farina piano piano, facendo sciogliere il sale nell'acqua. A metà procedimento aggiungete il lievito di birra, continuando a impastare per 15/20 minuti fino a che l'impasto non risulterà abbastanza compatto. Lasciatelo riposare per quattro ore coperto da un panno. Procedete quindi allo staglio, formando dei panetti, il cui peso è di 180 grammi. Lasciateli riposare per altre due ore. Stendete un panetto d'impasto in modo tale da ottenere un disco circolare di pasta, quindi immergetelo in abbondante olio scaldato precedentemente, che avrà raggiunto i 190°C. Giratelo più volte con una schiumarola e, quando il disco di pasta acquisterà una colorazione dorata (bastano pochi minuti), rimuovetelo dall'olio con una schiumarola e asciugatelo. Tagliatelo quindi a fette a seconda dei pezzi che occorrono. Procedete quindi con la farcitura della pizza. Prima di tutto, realizzate una noce di ricotta di bufala aiutandovi con un sac à poche e posizionatela al centro del pezzo di pizza, poi posizionate sopra un cucchiaino di confettura di albicocche e poi spargete le nocciole tostate e tritate sulla ricotta. Spolverate solo alla fine una buona manciata di polvere di olive disidratate caiazzane. L'ultimo tocco: posizionate una fogliolina di menta fresca al centro.

IL PIATTO GENIALE VS DA INCAPACY

Preparata con miso, semi e fiocchi d'avena, accompagna insalate, yogurt e zuppe calde

di **Alessandra Avallone***

LA GRANOLA SALATA

Sì, granolas al plurale perché la granola non è una sola ma sono tante quante i nostri gusti, sia dolci che salate. Siamo abituati a pensarla solo per la colazione, ed in effetti è deliziosa tanto quanto sana, ma è un peccato limitarla al pasto del mattino quando può diventare l'ingrediente segreto di molti piatti. Cospargete di granola della semplice frutta cotta e avrete un dolce espresso e salutare, utilizzatela per guarnire un gelato, una mousse al cioccolato, oppure fate fondere un buon cioccolato amaro, stendetelo sopra la carta forno e cospargetelo della vostra granola preferita, quando sarà freddo rompetelo a pezzi e servitelo con una tazza di tè o caffè. Ma provatela anche in versione salata, per esempio con il miso: sarà perfetta per accompagnare insalate di ogni tipo, sullo yogurt o nelle zuppe calde. Per conservare la granola asciutta e croccante utilizzate sempre un contenitore ermetico, come un vaso di vetro o anche una scatola di latta. Uno dei segreti nella preparazione è quello di idratare leggermente gli ingredienti quando li mescolate e farli poi essiccare un po' più a lungo. In questo modo i sapori si mescoleranno bene e il risultato sarà più omogeneo e saporito. Inoltre, quando si prepara una granola salata l'umidità del composto iniziale è fondamentale per legare erbe e spezie agli altri elementi. Infine, non ci sono limiti ai sapori che potete dare alla vostra granola: sperimentate ed inventate la vostra, potrà essere un bellissimo regalo per gli amici.

INGREDIENTI

2 cucchiai colmi di miso rosso,
250 g di fiocchi di avena,
40 g di semi di zucca,
40 g di semi di girasole,
50 g di noci sgusciate,
20 g di semi di papavero,
un pizzico di fior di sale

Preparazione

Stemperate il miso con 2,5 cl di acqua fino ad avere una crema fluida omogenea. Aggiungete fiocchi di avena, semi di girasole, di papavero e di zucca. Aggiungete le noci spezzettate e mescolate molto bene in modo che gli ingredienti si impregnino di miso. Rivestite una teglia di carta forno. Distribuite la granola in uno strato uniforme. Cuocete a 150°C per 30 minuti. Rompete la granola quando è ancora calda e rimettetela in forno per altri 20-30 minuti. Fuori dal forno rompete la granola quando è ancora calda, assaggiatela e decidete se aggiungere una presa di fior di sale.

*Home economist e autrice

Un pane dolce e profumatissimo, per ricordare i defunti con gioia come in Messico

di **Sofia Fabiani***

EL PAN DE MUERTOS

Non è la storia di una porta, mi contraddico subito, e mi presento per quella che sono: una persona che non sa scegliere i titoli. Però se mi seguite miglioro. I primi due giorni di novembre, in Messico, e in altri paesi latinoamericani, si celebra El Dia De los Muertos, il corrispettivo della festa di Ognissanti ma, al contrario nostro e a dispetto del tema, è una commemorazione allegra e collettiva: si mangia, si beve, si canta e si esorcizza il pensiero della morte con ironia e accoglienza. Quello che a me, ossessionata dall'idea della morte, colpisce è proprio la concezione della morte offerta: dimentichiamo lugubri cortei, pianti, santini con le colombe fotoshoppate, per lasciar spazio a una visione della morte fortemente integrata alla vita. I due mondi sono messi in contatto da una porta immaginaria attraverso cui le anime dei defunti si riaffacciano sulla terra per i propri cari che, per accoglierli, allestiscono un altare a festa con oggetti simbolici: l'acqua per il viaggio, carta velina ritagliata come vento, candele simbolo del fuoco e semi di cacao della terra. Il cibo è abbondante: oltre alle famose Calaveras, si cucinano le pietanze preferite dal defunto. Per i parenti, invece, si prepara El pan de muertos, un pane dolce, profumato, con dei cilindri di pasta di pane incrociati, che rappresentano le ossa, e una pallina di impasto sovrastante, a simboleggiare il teschio.

INGREDIENTI

450 g di farina Manitoba,
100 g di burro,
15 g di lievito di birra fresco,
120 g di zucchero,
4 uova,
130 g di latte,
10 g di sale,
semi di anice q.b,
la scorza di un'arancia

Preparazione

In una ciotola versate farina, zucchero, lievito, il latte fino ad assorbimento e impastate. Inserite due uova, continuando a impastare, non vi perdete d'animo che voi sareste i vivi della faccenda. Incorporate il burro a cubetti, un pezzo per volta, la scorza e alla fine il sale. Impastate finché l'impasto non risulti incordato. Fate lievitare fino al raddoppio. Prelevate 1/3 dell'impasto, servirà per i cilindri e il tuppo. Formate 4 pagnotte e fatele lievitare per altri 40 minuti. Posizionateci sopra i cilindri incrociati e il tuppo, spennellate con le uova rimanenti, una spolverata di zucchero e i semi d'anice. Cuocete in forno caldo a 180°C per 25 minuti. Forse può essere vero che se si lascia un'apertura viene meno la paura e che quanto più le cose le integriamo alla vita tanto meno ci spaventano. Alla fine, forse, è davvero la storia di una porta.

ILLUSTRAZIONI DI FELICITA SALA

*Pasticcera e autrice del profilo Instagram @cucinare_stanca

ASMA KHAN

di **Angela Frenda**
foto di Stefania Giorgi
illustrazione di Carlotta Gasparini

La chef «guerriera» e food writer di successo, ha trasformato la capacità di cucinare in uno strumento per salvare la sua vita. Ma soprattutto quella di tante altre che fuggivano da situazioni difficili. Dando ragione a quella bambina che non sognava di essere bella. Ma potente

Per molti è la principessa guerriera. E il paragone non è così strano visto che Asma Kahn è una donna potente, nel senso che mentre parla ti guarda, ti racconta, ti sorride. E ha la capacità di portarti via con sé. Come trascinandoti indietro nel tempo, nella sua vita precedente. Quella di una bambina che voleva essere altro dalla donna sposata e fedele che gli altri avevano immaginato per lei. Una bambina che giocava a cricket per la strada e sognava di diventare forte. Proprio come i maschi. Adesso, superati i 50 anni, Asma può dire di avercela fatta. È la prima chef britannica a essere diventata protagonista di un episodio di *Chef's Table*, la serie culto di Netflix nel suo ristorante, «Darjeeling Express», a Soho, aperto nel 2017 (che ha da poco deciso di trasferire in una location più grande). Ma per capire chi è l'autrice di due libri di successo — *Indian kitchen* e *Ammu* —, bisogna partire dal 1991, anno in cui è arrivata a Cambridge da Calcutta. Capire chi è una donna immigrata e di colore che ha deciso di ripartire da sé stessa e da una nuova (e inaspettata) carriera: quella di cuoca. Perché la cucina, come ha spiegato più volte, è la sua ragione di vita. Asma discende da un'antica stirpe di guerrieri in Rajasthan. I suoi predecessori hanno combattuto contro l'Impero Mughal. E alla fine dovettero cedere le terre. «Così abbiamo scambiato la spada con una vanga. Abbiamo cominciato a coltivare orchidee e siamo diventati contadini, non era poi così male». Questa donna è divisa tra un passato, che ama, e un futuro dal quale viene attratta nella difficile costruzione di un'identità ancora sospesa tra l'essere donna e l'essere madre, essere immigrata ed essere musulmana. Solo però attraverso le storie (che

Crediti: food styling Alessandra Avallone, styling Sara Farina. Oggetti: ceramiche fatte a mano di Francesca Reitano, tessuti di Society Limonta. Location «Mariencò» (Milano), look Marina Rinaldi, make up and hair Maddalena De Vito

INGREDIENTI

*4 filetti di halibut, **un cucchiaino** di curcuma in polvere, **un cucchiaino** di sale, **3 cucchiai** di olio, **2** grosse cipolle bianche, **un cucchiaio** di aglio schiacciato, **un cucchiaio** di zenzero grattugiato, **¼ di cucchiaino** di peperoncino in polvere, **un cucchiaio** di concentrato di pomodoro, **400 ml** di latte di cocco, **un pizzico** di zucchero. Coriandolo fresco e peperoncino verde per completare*

PREPARAZIONE

Massaggiate i filetti di pesce con metà della curcuma e metà del sale, lasciateli insaporire per 30 minuti. In una padella di ferro con un paio di cucchiai di olio soffriggete le cipolle tagliate a fette sottili e fatele dorare molto bene prestando attenzione a non farle bruciare. Toglietele dalla padella e controllate che ci sia olio a sufficienza per il pesce, eventualmente aggiungetene un altro cucchiaio. Scottate l'halibut da entrambi i lati, mettetelo in un piatto e tenetelo da parte. Sempre nello stesso tegame soffriggete aglio e zenzero, unite la restante curcuma e il peperoncino in polvere, se serve anche un po' di acqua. Aggiungete il concentrato di pomodoro, 4 cucchiai di acqua calda, un pizzico di sale, le cipolle soffritte e fate insaporire il tutto per qualche minuto prima di unire anche il pesce. Fate cuocere un paio di minuti e versate il latte di cocco, rigirate i filetti, assaggiate e aggiustate di sale. Servite con coriandolo tritato e peperoncino verde a fette.

sono tante) della sua vita si potrà comprendere il cibo di Asma. Fatto di sincerità potente impastata alla vita. Un cibo che non è mai, solo, cibo. Ma è tanto altro. È quello che è lei e quello che si porta dietro. Te lo spiega da subito, da quando si siede accanto a te. «Quello che assaggerai non è solo farina e acqua. Non sono solo spezie mescolate con mano sapiente. Sono racconti di vita. È dolore. Felicità. Amore. Paura. Questo è il senso di cucinare, per me. E il mio essere donna». Non è stato un percorso facile. Non se parti da stereotipi diffusi e condivisi. «Sai, tutti nella mia famiglia sono molto carini. Tutti tranne me. Ma io me ne sono fatta una ragione. A me è sempre interessato essere una donna che avesse potere, nel senso di capacità di determinare la propria vita. E poi poter aiutare quella degli altri». Ed è cominciata così la storia di Asma, da expat «che non parlava una sola parola di inglese, appena sposata, qui a Londra». In mezzo, tra la laurea e un PhD, Asma ha i suoi due figli. «Finisco e mi specializzo in Diritto costituzionale britannico. Non lavoravo ancora. Intanto mio marito andava all'università a insegnare e io piangevo. Mi sentivo persa. Sola. Non sapevo con chi parlare e cosa fare. Poi a un certo punto ho capito che dovevo ripartire da quel che ero e che sapevo. La cucina è stata la base di partenza per tutto. La mia àncora di salvezza». Asma comincia a organizzare i suoi primi supper club nella sua casa di Kensington. Le serate diventano leggendarie. La voce si sparge. Per lo più donne. «Contro qualunque previsione, decido di aprire il ristorante. È stata la rampa di lancio dalla quale parlare al mondo ed esprimere le mie idee sulle donne, la politica, la razza». Fino a Chef's table, che è il punto di approdo di questo percorso. Il locale di Asma è simbolico per tanti motivi. È un'impresa di successo di un'immigrata di colore in un Paese straniero. Ed è completamente gestito da donne. Donne che spesso la chef ha incontrato lungo il cammino, tutte non di nascita inglese e, spesso, con storie difficili alle spalle. «È venuto quasi naturale ascoltarle. Spesso mi trovavo di fronte persone disorientate. Senza più radici, con la convinzione di non avere nessun mestiere in mano. A ciascuna di loro ho spiegato che c'è sempre un punto di partenza. In molti casi proprio il sapere accumulato in cucina. Da me ho assistito alla rinascita di tante di loro. A un'emancipazione psicologica e culturale che mi rende orgogliosa. E che oggi mi fa affermare che il mio ristorante è un simbolo di empowerment femminile. La parola potere per noi ha davvero assunto un significato».

CENTENARIO

Per i suoi cento anni Valrhona presenta il nuovo cioccolato fondente Kontu 80 per cento, caratterizzato da una nota minore di frutti di bosco. Il totale dei profitti del 2022 sarà devoluto ai partner del cacao per progetti di sostegno alla comunità

MUGOLIO

Dalle gemme di pino mugo, che Eleonora Cunaccia raccoglie in Trentino a duemila metri di altitudine, il fratello Giovanni, nella loro officina botanica Primitivizia, realizza il Mugolio: un estratto ottimo per gelati, formaggi o cacciagione

AMARO ZERO

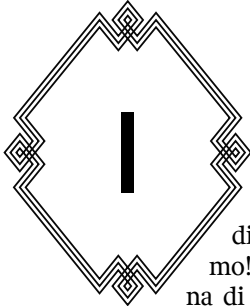
Il gruppo Lucano ha lanciato il suo primo prodotto in versione analcolica: Lucano Amaro Zero. A base di erbe amare, conserva la storia e i sapori del celebre liquore, dal mirto alla camomilla. Packaging sostenibile al 100 per cento

LIMITED EDITION

Astice e gamberi, gorgonzola DOP e pere, zucca e castagne, brasato all'Amarone della Valpolicella DOCG: ecco i quattro ripieni per i ravioli di pasta fresca della nuova limited edition Rana «Oro Rosso», illustrata da Carlo Stanga. Disponibile fino a febbraio 2023

L'ALTRO INGREDIENTE

È la pasta mediorientale che si ottiene dai semi di sesamo leggermente tostati, dal gusto dolce e nocciolato
Ed è anche la base dell'hummus più cremoso che esista

di **Sara Porro**
foto di Laura Spinelli, styling Stefania Aledi

In una delle storie del classico *Le mille e una notte*, il taglialegna Alì Babà sorprende il capo di una banda di ladroni mentre esclama «Apriti, sesamo!» per spalancare l'accesso a una caverna di tesori. Sebbene non esistano certezze su questa formula magica, mi piace immaginare che nasca dall'aspetto che i semi di sesamo assumono nel loro baccello lungo e stretto, stipati l'uno accanto all'altro, come uno scrigno che contiene un tesoro. La collezione de *Le mille e una notte* proviene dalla stessa area geografica dove i semi di sesamo furoreggiano in cucina. Quando vengono rimossi dai loro baccelli essiccati, privati del loro guscio (immergendoli in una soluzione acquosa), leggermente tostati e macinati in una pasta, si ottiene la tahini, ingrediente base della gastronomia mediorientale. Un'ottima tahini ha un gusto dolce e nocciolato, con una piacevole punta di amaro. In bocca è rotonda e non gessosa. La qualità delle tahini in commercio può variare molto: quando la acquistiamo, preferiamo le etichette che hanno il sesamo come unico ingrediente. Ma questo è solo il punto di partenza: la qualità di una tahini dipende da quella del sesamo. Una tahini mediocre avrà un amaro sgradevole, dove l'eccesso di tostatura è uno stratagemma per nascondere i difetti dei semi. Bene: una volta riforniti di tahini, che farne? Alcune bimbe di mia conoscenza ne sono così ghiotte da mangiarla a cucchiaiate dal barattolo, ma gli impieghi più tradizionali prevedono che diventi — insieme ad aglio, limone, acqua e sale — un condimento molto versatile per insalate e verdure, che in Israele si chiama tahina. In realtà, la tahini è nota soprattutto per il suo ruolo nell'hummus, di cui esistono infinite versioni, spesso imbastardite. Una è nettamente superiore ed è quella dello chef anglo-israeliano Yotam Ottolenghi: il segreto è sbucciare i ceci manualmente, ma chi avesse la pazienza di ammollarli la sera prima scoprirebbe che i ceci decorticati consentono di saltare questo passaggio noiosino.

«Hummus creamy dreamy»

Veniamo al dunque: 200 grammi di ceci decorticati, tenuti in ammollo insieme a mezzo cucchiaino di bicarbonato e poi cotti con un pizzico di cumino in polvere fino a diventare morbidissimi; da frullare ancora caldi insieme a 120-150 grammi di tahini, uno spicchio d'aglio, un cucchiaio di succo di limone e due cubetti di ghiaccio: lo shock termico porterà l'hummus a incorporare aria. Il risultato giustificherà in pieno il nome di questa ricetta, che Ottolenghi ha soprannominato «Hummus creamy dreamy»: cremosità da sogno, potremmo dire.

*Giornalista gastronomica e di viaggi

I CARBOIDRATI FANNO INGRASSARE?

ILLUSTRAZIONE DI ROBERTA RANIERI

Temuti, odiati, considerati la fonte di ogni male (o perlomeno di ogni eccesso ponderale), i carboidrati hanno subito negli anni una inutile demonizzazione, senza che vi siano evidenze scientifiche a supporto. Con le diete low-carb (con pochi carboidrati) si perde peso rapidamente, vero, ma ciò avviene soprattutto perché il glicogeno di scorta, il nostro modo di immagazzinare lo zucchero, viene accumulato insieme all'acqua. Quando andiamo a intaccarlo, quindi, perdiamo liquidi, non adipe. I carboidrati sono la principale fonte di energia per l'essere umano, compresi i soggetti diabetici o con ridotta tolleranza glucidici. Un grammo di carboidrati, poi — vi sconvolgerà saperlo —, apporta esattamente lo stesso numero di calorie di un grammo di proteine, che vengono invece consumate senza alcuna preoccupazione, anzi, sono ricercate continuamente e rappresentano un claim pubblicitario molto diffuso. Uno studio pubblicato su *Lancet Public Health* ha analizzato l'associazione tra assunzione di carboidrati e mortalità per tutte le cause. I risultati mostrano mortalità minima per assunzioni corrette (50-55% delle calorie totali) e mortalità aumentata per assunzioni di carboidrati maggiori del 70% ma anche minori del 40% delle calorie totali. In parole povere, non è un problema assumerne, è un problema assumerne troppi o troppo pochi! Infine, smettiamola di chiamare la pasta «carboidrati»: ragioniamo di alimenti, di frequenze e porzioni, non esclusivamente di macronutrienti (nella pasta ci sono, per esempio, anche le proteine, e neanche poche). E adesso, ecco una ricetta che è l'incubo di chi diffonde inutili fobie sui carboidrati (dosi per una persona).

Zuppa di cereali, fagioli e patate

Soffriggete scalogno e carota con un cucchiaio d'olio. Aggiungete due foglie di salvia e fate soffriggere a fiamma bassissima. Quando lo scalogno è ormai appassito, eliminate la salvia e aggiungete i fagioli sciacquati (100 g). Versate nel tegame l'acqua calda (600 ml circa) e aspettate che raggiunga il bollore. A questo punto aggiungete patate a cubetti (150 g), un cucchiaio di concentrato di pomodoro, una costa di sedano e il mix di cereali (50-60g). Regolate di sale, coprite con coperchio e cuocete a fiamma bassa per il tempo di cottura dei cereali, aggiungendo altra acqua se necessario. Servite con pepe nero macinato. Buon appetito (senza paure)!

*Medico nutrizionista e divulgatore scientifico

IL MENU DI FRANCESCO PRUNEDDU

DOLCI

BUDINO SENESE

INGREDIENTI

__10__ mandorle spellate o circa __20 g__ di farina di mandorle, __80 g__ di zucchero, __40 g__ di farina, __6__ uova, __2 cucchiai__ di ricotta ben scolata, __250 ml__ di latte, __½ cucchiaino__ di cannella, __1 cucchiaino__ di acqua di rose

6 PERSONE

15 MINUTI + RIPOSO

Esiste in origine una versione di questo dessert che è al confine tra il dolce e il salato. Una tendenza abbastanza diffusa all'epoca di Martino de' Rossi, conosciuto come Maestro Martino, celebre cuoco del '400 a servizio anche degli Sforza e della corte pontificia, che scrisse *Libro de arte coquinaria* e fu, per lo storico Massimo Montanari, il primo vero autore di ricette della storia d'Italia. Secondo le sue indicazioni, tra gli ingredienti dell'impasto di base della «tartara alla senese», così l'aveva definita, erano previste anche le lasagne (che tuttavia non sono quelle che conosciamo oggi) da cuocere nel brodo. La versione qui proposta è invece unicamente dolce e segue l'interpretazione che offrono Odile Redon, Françoise Sabban e Silvano Serventi, autori di *A tavola nel Medioevo. Con 150 ricette dalla Francia e dall'Italia* (2001). Nel loro volume, una riflessione sull'arte culinaria medievale corredata da piatti, rinominano la tartara «budino senese», perché effettivamente il dolce cotto somiglia più a uno sformato morbido che non a una vera e propria torta. I tre, inoltre, riconoscono che non c'è alcun legame con l'attuale cucina senese, anche perché la provatura, tipo di formaggio che viene utilizzato nella ricetta, è un prodotto meridionale. A questo punto sarebbe davvero interessante scoprire che cosa si nasconde dietro la storia della tartara alla senese. Ma veniamo alla ricetta: dato che gli ingredienti lo consentono, al dolce viene conferita la forma di un budino. Incominciate tritando le mandorle (o utilizzando direttamente circa 20 g di farina di mandorle) e mettetele da parte. In un tegame poi rompete le uova e aggiungete lo zucchero, la cannella, il latte, la farina di mandorle e la ricotta ben scolata e già schiacciata. Mescolate con cura. A questo punto il composto è già pronto e non resta che metterlo sul fuoco. Cuocetelo per 5 minuti, a fiamma bassa, aggiungendo un po' alla volta i 40 g di farina per far sì che il composto si addensi in una morbida crema. Una volta terminata la cottura, è necessario filtrare il composto in uno stampo per budino e lasciarlo raffreddare fuori dal frigorifero. Servitelo, come d'uso comune all'epoca medievale, cospargendolo di zucchero e acqua di rose.

Ritrovarmi davanti a un foglio bianco, a qualche anno dalla laurea, mi catapulta nei giorni e nei mesi di lavoro dedicati alla tesi in storia dell'arte. Il cibo in quel periodo era per me puro sostentamento: pochi e rari esperimenti culinari s'intrufolavano nella mia vita da studente lavoratore munito di molta apprensione e poco tempo. Oggi quei fogli bianchi si vestiranno di profumi e sapori perché è proprio di cibo e tradizioni che leggerai. Se lo vorrai, percorreremo assieme un lungo periodo storico nel corso del quale, così come l'uomo, gli usi e i costumi, anche il cibo subirà le sue trasformazioni. Cibo per vivere, nutrirsi, condividere, festeggiare o fregiarsi di una nobiltà conclamata. L'istituto d'arte ha lasciato che germinasse in me il desiderio del creare seguendo il binario dell'ispirazione e così, anche in cucina, ho fatto sì che le movenze di mia madre fungessero da lezione.

Da lei ho assorbito ogni gesto, osservandola giorno dopo giorno. Poi, da studente universitario fuori sede, ho replicato, aprendo quel cassetto della memoria in cui la lezione materna era custodita, quasi come lascito, solo un po' impolverato. Ho tirato a lucido quel ricordo in breve tempo, perché le crostate, le torte e i dolci da credenza che sfornavo erano per me anche distrazione, coccola quotidiana e divertimento, grazie ai quali riscoprivo il piacere dell'affondare le mani nel burro e gioivo dentro di me perché finalmente potevo farlo anche io. Così, felice di aver scelto di studiare storia dell'arte all'Università di Cagliari ma un po' amareggiato per non aver dato

D'ITALIA

Testo, ricette e foto
di **Francesco Pruneddu**

Ricette dal gusto antico, talvolta dimenticate, ma che molto sanno dire del tempo in cui sono nate Dal Medioevo al primo Novecento, passando per Rinascimento, Illuminismo ed età borghese, nel suo primo libro Francesco Pruneddu racconta la storia del Paese attraverso l'evoluzione della pasticceria Con l'accompagnamento di immagini in chiaroscuro come una tela del Seicento

IL MENU DI FRANCESCO PRUNEDDU

T
V
F

6 PERSONE

15 MINUTI + COTTURA

TORTA PARADISO

INGREDIENTI

200 g di burro morbido, 200 g di zucchero al velo, scorza grattugiata di 1 limone bio, 5 tuorli, 2 g di sale, 6 g di lievito per dolci, ½ cucchiaino di estratto di vaniglia, 2 uova, 30 g di zucchero semolato, 70 g di fecola di patate, 100 g di farina 00

La torta paradiso è il dolce italiano simbolo di un connubio tipicamente nostrano. Ci troviamo infatti immersi fra storia e leggenda, con poche certezze relative alla vera origine di questo dolce e con l'unica sicurezza che sia fra le più semplici e allo stesso tempo più amate nostre tipicità. La leggenda ci porta nel silenzio del monastero della Certosa di Pavia, dove un frate erborista avrebbe ricevuto in dono la ricetta da parte di una giovane sposa. Sarebbe quindi un dolce tramandato grazie agli ordini di frati che si sono susseguiti nel monastero, anche se non viene specificato se il protagonista fosse un cistercense, un certosino o un carmelitano. Il testo è stato poi codificato, sempre a Pavia, dal pasticciere Enrico Vigoni, che in città nel 1878 aprì la sua attività, ancora oggi presente e famosa soprattutto per questo dolce che viene chiamato anche «Tùrta Vigon» e che ormai è entrato a far parte della tradizione culinaria lombarda. Andando infatti a sfogliare la lista dei Prodotti agroalimentari tradizionali (P.a.t.), suddivisa regione per regione sul sito del ministero delle Politiche agricole alimentari e forestali, sotto la voce «Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria» si trova proprio la «torta del paradiso». Grazie alla sua pasta soffice (che non è la stessa della torta Margherita) risulta perfetta sia a colazione sia accompagnata da un tè caldo nel pomeriggio. Per realizzarla iniziate versando il burro e lo zucchero al velo in una ciotola e lavorate fino a montare il composto. Aggiungete anche il sale, la scorza grattugiata di un limone biologico e la vaniglia, poi, uno alla volta, anche i 5 tuorli. In un'altra ciotola montate le 2 uova con lo zucchero semolato e mettete da parte. Nel frattempo setacciate la farina, il lievito per dolci e la fecola di patate. A questo punto incorporate la miscela di polveri e le uova montate al composto di burro e tuorli. Per semplificare il lavoro, dividete l'operazione in due momenti: versate un po' di polveri e un po' di uova, mescolate, incorporate delicatamente e procedete col resto. Versate il composto ottenuto in uno stampo da 22–24 centimetri di diametro, imburrato e infarinato, e cuocete a 170°C per 40 minuti. Ultimo tocco: prima di servire la torta, spolverate sulla superficie dello zucchero al velo.

L'AUTORE

Francesco Pruneddu (Oristano, 1985) è storico dell'arte e fotografo. Sul suo profilo Instagram «ch_ecco» narra il cibo attraverso immagini ispirandosi alle nature morte del Seicento

seguito agli insegnamenti pratici che avevo imparato all'istituto d'arte di Oristano, ho capito che la cucina poteva essere un'ottima alleata: un campo creativo in cui tutto, ma proprio tutto, sarebbe stato opera mia. Creazioni a tuttotondo, perfettibili ma autentiche, proprio come le esercitazioni, le tavole di disegno professionale e i vasi d'argilla tirati su al tornio negli anni di scuola. Qualcosa che non cercavo, giunta dapprima come strumento e poi come passione, è stata la fotografia.

Ma anche qui faccio un piccolo passo indietro, solo di qualche anno, perché prima di ritrarre il cibo e mostrarlo in tutta la sua bellezza le mie modelle erano le cattedrali romaniche. Sapevo, talvolta, che quella basilica a pochi chilometri da me o la cattedrale nascosta in un borgo toscano non erano esattamente utili alla mia ricerca sulla diffusione del romanico pisano in Sardegna e in Corsica, ma l'interesse di documentare tutto, anche con la fotografia, mi portò a raccogliere una grande quantità di materiale: paesaggi, chiese disperse nel nulla, capitelli decorati da foglie carnose e navate silenziose investite da caldi raggi di sole. Alla fine, la fotografia del cibo si è rivelata essere il sigillo della mia attività creativa: desideravo raccogliere i primi tentativi, i dolci decorati e le torte di lì a poco consumate. Inutile dire che all'inizio i risultati furono disastrosi, sia quelli estetici dei dolci stessi che quelli degli scatti. Ma era l'inizio di una piccola sfida, preludio di lunghe mattinate spese a trovare la luce giusta, capire quali dolci fossero più o meno fotogenici, procacciare tavoli o piani di lavoro vissuti, essenziali per restituire un'atmosfera intima, raccolta e pittorica. In effetti, per costruire le composizioni e modulare la luce, fu utile attingere al repertorio di opere dei grandi maestri. Pittori magistrali delle nature morte o capiscuola fiamminghi squisitamente tagliati per riprodurre la dimensione casalinga attraverso cucine in penombra, scene di banchetti non ancora vissuti o composizioni in cui il cibo, elemento presente ma non del tutto protagonista, era esso stesso parte o contorno essenziale del messaggio che il pittore aveva confezionato per noi. Ricordo, per esempio, il dettaglio dell'opera *Due gentiluomini e una fanciulla con bicchiere di vino*, di Jan Vermeer, nella cui scena più che riconoscibile, tipica dei suoi dipinti, posano una donna e due individui maschi, uno dei quali la corteggia. Sul tavolo, un vassoio argenteo con due arance, una delle quali sbucciata. Un dettaglio notato dalla critica d'arte, secondo la quale il pittore, ritraendo quella buccia arricciata su sé stessa ma ancora attaccata al frutto, voleva simboleggiare un amore già consumato.

Quello dell'uomo quindi non sarebbe un primo elegante, o goffo, tentativo di corteggiamento e il sorriso compiaciuto della dama

IL MENU DI FRANCESCO PRUNEDDU

F
T
L
V

6 PERSONE

10 MINUTI + COTTURA

TORTINO DI SEMOLINO AL LATTE

INGREDIENTI

*3 uova, **1** pizzico di sale, **90 g** di zucchero, la scorza grattugiata di **1** limone, **250 g** di semolino, **1 l** di latte, **2-4 cucchiai** di zucchero, **1** noce di burro*

Un dolce delizioso, a metà strada fra il tortino di semolino toscano e il migliaccio napoletano. Del resto, il semolino nei dolci ha trovato largo impiego, sia per la facile reperibilità sia per la sorprendente adattabilità. Nelle ricette ottocentesche lo si trova nelle intramontabili torte che profumano di nonne materne, ricordi e pomeriggi d'infanzia. Le basi semplici, composte da latte, uova, zucchero e semolino, si sono poi via via arricchite, come nel caso della torta con semolino e cioccolato o di quella con la frutta, molto amata quella sciroppata, come le amarene, che danno una nota di colore e dolcezza ulteriore. Non manca la versione tramandataci da Pellegrino Artusi — la ricetta numero 643 — diversa da quella originaria poiché prevede l'aggiunta di 100 grammi di mandorle, di cui 3 dovranno essere amare. E poi, ancora, deliziose le varianti con uva passa e mele. E che dire di quella con succo e scorza d'arancia? Di certo, viaggiando da Nord a Sud della nostra penisola, e conoscendo le varianti proposte dalle regioni, avremo solo l'imbarazzo della scelta. Questo tortino, soffice e dolce al punto giusto, è ottimo al naturale e delizioso con crema o sciroppo. Come affermava la scrittrice Giulia Lazzari Turco, è un dolce dal risultato inaspettato. Non vi resta che cimentarvi nell'insolito procedimento di preparazione di questa torta: facile, ma da realizzare in due fasi, in modo da ottenere un «effetto sorpresa». Vi serviranno due tortiere tonde, una piccola di 16-20 centimetri di diametro e una più grande, di 24-26 centimetri, possibilmente dotata di coperchio. Cominciate sbattendo le uova in una ciotola, unite sale, zucchero e scorza di limone. Lavorate per qualche minuto. Aggiungete il semolino e incorporatelo ottenendo un composto liscio. Versate il tutto nella tortiera più piccola imburrata e cuocete a 180°C per 25 minuti. Fate la prova stecchino e se risulta ben asciutto potete sfornare. Ribaltate questo piccolo tortino nella seconda tortiera imburrata. A questo punto, procedete con la seconda fase di cottura. Versate il litro di latte sopra il tortino e nei lati vuoti dello stampo, coprite con un coperchio di metallo, o con un altro stampo per torte, e infornate nuovamente a 180°C per altri 30 minuti. Durante la cottura, il tortino più piccolo assorbirà il latte e si estenderà, fino a occupare lo spazio dello stampo più largo. Sfornate e lasciate raffreddare. Spolverate con lo zucchero.

6 PERSONE

10 MINUTI + COTTURA

TORTA DI ZUCCA E CIOCCOLATO FONDENTE

INGREDIENTI

***130 g** di burro morbido, (o **105 g** di olio di semi di girasole), **270 g** di zucchero grezzo di canna, **2** uova, **300 g** di zucca cotta, **½ cucchiaino** di cannella (facoltativo), **500 g** di farina 00, **1** bustina di lievito per dolci, **100 g** di cioccolato fondente tritato, zucchero al velo*

Questa è una delle mie torte preferite in assoluto. La ricetta ricorda la ricca torta di zucca diffusa nel Monferrato, nella quale si trovano anche amaretti, frutta secca e persino il caffè. Ma in tale versione rivive anche il ricordo della torta tenerina alla zucca, variante della torta tenerina al cioccolato, tipica di Ferrara. Si può quindi dire che il testo qui riportato è la rivisitazione di diversi dolci molto conosciuti nel Nord Italia. Nel mio caso vi suggerisco di aggiungere anche il cioccolato fondente che, assieme alla zucca, regala al dolce il sapore confortante dell'autunno. Il primo passaggio fondamentale riguarda proprio la zucca. Se vi chiedete quale varietà scegliere, tra le circa 12 che possiamo incontrare, ecco qui qualche consiglio. Potete optare per la varietà Musquee de Provence, ad esempio, che si presenta tonda e scanalata sulla superficie. Ha una polpa molto saporita color arancione, come la buccia, che è quasi tendente al marrone. C'è poi la Lunga di Napoli, che ha una forma clavata, non ha praticamente semi e si raccoglie nei mesi estivi. L'esterno è color verde più o meno chiaro e risulta liscio al tatto. Infine, potreste potete provare con la più comune Delica, il cui sapore per certi versi è simile a quello della castagna e la buccia è commestibile. Scelta la varietà, dovrete avvolgere l'ortaggio nell'alluminio e cuocerlo intero con la buccia in forno a 190 °C per 30 minuti. Quando sarà tiepida, prelevate quelli che saranno 300 g di polpa e frullateli leggermente, poi mettete da parte. In una grande ciotola lavorate il burro morbido con lo zucchero, poi aggiungete le uova e continuate a lavorare per rendere il composto liscio. Aggiungete la zucca fredda e mescolate, poi unite la farina, la cannella e il lievito ben setacciati. Infine, incorporate il cioccolato fondente tritato al coltello. Non dovete quindi scioglierlo ma utilizzarlo, spezzettato sì, ma così come sta, ben solido. Versate quindi il composto in uno stampo da plumcake imburrato e infarinato. Cuocete a 180 °C per 30 minuti. Per guarnirla, spolverizzate con zucchero al velo. Un'idea semplice ma originale, che potete usare come alternativa, è quella di aromatizzare lo zucchero al velo con un altro mezzo cucchiaino di cannella. E poi cospargete la superficie della torta con questa polvere. Il gusto sarà ancora più autunnale.

V

T

6 PERSONE

45 MINUTI + COTTURA

PASTICCIO DI CILIEGIE

INGREDIENTI

*Per la pasta: **400 g** di farina 00, **200 g** di burro, **120 g** di zucchero, **2** tuorli, **4** cucchiai d'acqua di rose, un pizzico di sale. Per il ripieno: **1 kg** di ciliegie denocciolate, **200 g** di mostaccioli, **50 g** di amido di mais, **70 g** di zucchero. Per la glassa: **3** cucchiai di zucchero al velo, **2** cucchiaini di acqua di rose o qualche goccia di limone*

Le torte, le crostate e i pasticci sono preparazioni ereditate in buona parte dal Medioevo, ma in questo periodo storico dalle mille risorse, oltre al gusto, si perfezionò e s'impreziosì notevolmente anche l'estetica. Per confermare quanto durante il Rinascimento l'aspetto estetico e giocoso fosse al primo posto, ci basterà ricordare che all'interno di queste croste di pasta spesso si nascondevano uccelli pronti a spiccare il volo ma anche conigli o semplicemente tanta frutta. Per fortuna, i pasticci sono passati alla storia anche per i loro veri ripieni: salati o dolci che fossero, questi scrigni di pasta erano autentiche esplosioni di sapore. Il loro contenuto, frutto di ore di lavorazione, corrispondeva, esternamente, a un decoro fitto e minuzioso, soprattutto nel caso dei pasticci dolci. Io ho scelto di preparare il mio pasticcio con le ciliegie. Cominciate a versare la farina in una grande ciotola, assieme a zucchero e burro tagliato a cubetti. Il composto deve risultare sabbioso. Aggiungete anche sale, tuorli e acqua fredda. Compattate l'impasto con le mani e lasciatelo riposare in frigo per 30 minuti coperto da pellicola. Intanto denocciolate le ciliegie e raccoglietele in una grande ciotola. Unite zucchero e amido di mais e continuate a mischiare. Tritate 150 g di mostaccioli. Uniteli al composto e incorporateli per bene. Stendete l'impasto con un matterello. Scegliete, preferibilmente, uno stampo alto e stretto e adattate l'impasto alla sua forma. Il bordo deve avere almeno 1,5 cm di spessore. Creato il cestino di impasto, aggiungete, un cucchiaio alla volta, il composto di frutta senza formare vuoti. Tagliate i mostaccioli rimanenti e disponeteli come per formare una calotta, che copre la frutta, con la punta verso l'interno. Coprite con una sfoglia di impasto e rifilate lungo i bordi. Pizzicate e sigillate la pasta. Decorate il pasticcio, per impreziosirne l'aspetto con l'impasto che avanza. Cuocete in forno a 180 °C per 60 minuti. Verificate il colore della pasta e, se notate che in alcuni punti è più scura, coprite con un foglio di alluminio. A fine cottura, lasciate raffreddare. Nel frattempo preparate la glassa. In un pentolino versate l'acqua di rose o il succo di limone e lo zucchero e scaldate fino a che non si sarà sciolto. Quando pronta, spennellate il pasticcio e servitelo a fette.

potrebbe essere una ulteriore conferma. Il panorama delle opere pittoriche di quel tempo offrirebbe svariati esempi di come il cibo sia stato portatore di messaggi. Talvolta è stato inequivocabile simbolo di povertà, come nel caso de *I mangiatori di patate* ritratti da Vincent van Gogh nella buia e umida cucina contadina. In altre opere simbolo, invece, di nobiltà, opulenza e sfarzo, come nel banchetto settecentesco dipinto da Jean-François de Troy ne *Il pranzo di ostriche*, la prima tela nella quale s'immortala il momento in cui viene stappata una bottiglia di champagne, con tanto di tappo di sughero a mezz'aria: un «action-shot» ante litteram, come si direbbe nel linguaggio tecnico della fotografia. Dalle opere d'arte che ho studiato all'università ho tratto, dunque, ispirazione per le mie fotografie: ho cercato sempre di prendere spunto dai miei quadri preferiti per catturare la luce giusta, la composizione migliore, giocare con i chiari e, soprattutto, con gli scuri. Ho così cominciato a scattare il cibo, a raccontarlo su Instagram e poi sul mio blog. Fotografia dopo fotografia e ricetta dopo ricetta, mi sono appassionato ai dolci. Forse perché nel corso del tempo si sono imposti come le preparazioni più colorate, artistiche, capaci di destare pura meraviglia, inebriare con sbuffi di cannella e acqua di rose e, naturalmente, compiacere anche il palato. I miei preferiti? Soprattutto quelli antichi, nati in epoche passate, talvolta dimenticati e conosciuti solo da pochissimi intenditori.

Così in questo libro troverai una selezione delle ricette dei migliori dolci antichi italiani: torte, crostate, biscotti, budini dal gusto vintage che da Nord arrivano a Sud del Paese. Sono, questi, i dolci che amo di più: alcuni per la storia che portano con sé, altri perché sono la summa di tutti gli ingredienti che prediligo e con i quali non può che venir fuori, io credo, un risultato squisito. All'interno del libro, provo a tracciare un percorso che segue un ordine cronologico, dal Medioevo — l'epoca in cui i primi dolci, come la torta di riso o la diriola, si cucinavano solamente con miele, spezie e frutta — fino alla metà del Novecento, con i dessert che hanno fatto la storia dell'Italia recente, dal tiramisu all'amor polenta, passando per i pasticci rinascimentali ai budini ottocenteschi. L'idea è quella di mostrare l'evoluzione dei dolci italiani ma, non essendo un trattato, qualcuno mi perdonerà se non vedrà comparire la sua ricetta preferita o quella che simboleggia il suo territorio. Questo è un libro di ricette ma è anche, e soprattutto, un libro che parla di me, del mio entrare in punta di piedi nella storia e della mia spasmodica voglia di fotografare sempre tutto ciò che sforno.

Francesco Pruneddu,
Dolci d'Italia. La storia della pasticceria dal Medioevo al Novecento,
Solferino, 236 pagine, 19,50 euro

Cereali integrali, legumi, verdure e frutta. In questo modo si nutriva l'uomo prima della rivoluzione industriale. Ed è così, secondo la scienza, che dovremmo mangiare oggi per stare bene e vivere a lungo

di **Franco Berrino**
foto di Laura Spinelli,
food styling Alessandra Avallone, styling Stefania Aledi

LA DIETA MEDITERRANEA DI 100 ANNI FA

Quale sia il cibo dell'uomo ce lo dice la Bibbia. Nel sesto giorno della creazione, dopo aver creato l'uomo, Dio disse: «Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo». E tutti i popoli del mondo da allora mangiarono i semi prodotti dalle erbe create da Dio, i cereali e i legumi, accompagnati da frutta e verdura. Nella cucina mediterranea si mangiava pasta e fagioli, macco di fave, pasta e ceci, e più al nord la zuppa di farro e la splendida ribollita toscana. In Nordafrica il cus-cus, preparato incocciando la semola di grano duro, con i ceci.

In Oriente il riso con i prodotti fermentati di soia. In Centroamerica le tortillas di mais con i fagioli neri. In Africa nera il miglio con le arachidi, anch'esse legumi. Fino a 100 anni fa. Poi, nel volgere di 50 anni, è cambiato tutto e oggi mangiamo cose che l'uomo non ha mai mangiato nella storia dell'umanità, cose che neanche il Padre Eterno si era immaginato che l'uomo potesse mangiare, cose che fanno male alla salute: farine private delle fibre e del germe (la cosiddetta farina 00), grassi vegetali idrogenati (le margarine), grassi estratti dai semi o dalle olive con solventi, carni di animali che non mangiano più il loro cibo, cibi addizionati di coloranti, conservanti, emulsionanti, miglioranti, aromi artificiali.

Il mondo della ricerca scientifica sul cibo, gli studi che analizzano la relazione fra quello che mangiamo e di cosa ci ammaliamo o moriamo, indicano però chiaramente che va bene mangiare come si mangiava prima della rivoluzione industriale in campo alimentare. Il Codice Europeo Contro il Cancro, le Raccomandazioni del Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro, l'Indice del mangiar sano dell'Università di Harvard, indicano, insomma, che è bene: mangiare abbondantemente cereali integrali, legumi, verdure e frutta; limitare il consumo di cibi tipo fast food, ricchi di grassi malsani e zuccheri, e evitare le bevande zuccherate; limitare il consumo di carni rosse (non più di un paio di volte alla settimana) e evitare il consumo di carni lavorate (salumi, wurstel, carni in scatola); limitare il consumo di sale (non più di 5 grammi al giorno) e di alimenti conservati sotto sale; limitare il consumo di bevande alcoliche; mantenersi snelli; fare quotidianamente esercizio fisico. Sono, queste, indicazioni coerenti con la dieta mediterranea di cento anni fa, con la dieta macrobiotica e con la cucina macromediterranea® che proponiamo noi de La Grande Via.

Il consumo di cereali integrali e in generale di fibre vegetali è associato a minor rischio di diabete, infarto, ictus cerebrale, cancro, malattie dell'apparato respiratorio e digerente e anche di malattie infettive. Il consumo di cibo spazzatura e di bevande zuccherate, a parità di altri fattori di rischio, aumenta invece il rischio di mortalità precoce, soprattutto per cause cardiovascolari. Il consumo di carni rosse e soprattutto di carni conservate è associato a un maggior rischio di diabete, di infarto e di tumori dello stomaco e dell'intestino. Il consumo eccessivo di sale è associato al cancro dello stomaco e all'ipertensione arteriosa. Le bevande alcoliche sono associate alla cirrosi epatica e ai tumori della bocca, gola, esofago, fegato e anche della mammella.

L'esercizio fisico quotidiano riduce il rischio di morte prematura del 30%. Il sovrappeso, soprattutto l'obesità addominale, è associato sia alle malattie cardiache e dismetaboliche sia al cancro. Sono raccomandazioni, queste, basate sulla revisione sistematica di tutti gli studi sperimentali ed epidemiologici, migliaia di studi passati in rassegna da decine di ricercatori.

Franco Berrino, medico, già direttore del Dipartimento di medicina preventiva e predittiva dell'Istituto Tumori di Milano e fondatore dell'associazione La Grande Via (*Crediti foto: La Fabbrica del Lino, Rosenthal, Sambonet, Serax*)

Classificando i partecipanti ai grandi studi epidemiologici in funzione dell'adesione a queste raccomandazioni si è constatato che, a parità di altri fattori di rischio, chi aderisce dimezza la mortalità prematura rispetto a chi ha una bassa aderenza.

La buona notizia è che con cereali integrali, legumi, verdure e frutta si preparano piatti gastronomicamente eccellenti e dolci deliziosi, anche senza zucchero, ma soprattutto, una volta abituato l'intestino a una dieta ricca di fibre, si sta bene, si fa bene la cacca, la pelle migliora, l'alito è fresco, e il corpo ringrazia. Non c'è niente di nuovo, ma tanto di buono.

INGREDIENTI (PER 4)

***250 g** riso Carnaroli integrale bio, **0,5 l** acqua minerale naturale, vino bianco, **400 g** zucca a dadini, **200 g** cipolle a mezza luna, **1** spicchio d'aglio sotto salsa di soia (pelare lo spicchio d'aglio, tagliarlo a ventaglio lasciando la base unita, mettere sotto salsa di soia per tre settimane), crema di mandorle, olio extravergine, sale marino integrale, polvere di liquirizia.*

Lavate il riso usando un colino o in una ciotola, versando via l'acqua dopo averlo lavato. Tostatelo in pentola con olio extravergine e sfumatelo con il vino. Aggiungete l'acqua e portate a bollore. Salate. Abbassate la fiamma al minimo, affinché il riso cuocia, ma lentamente, e mettete un coperchio lasciando un piccolo spiraglio. Fate cuocere per 25-30 minuti, poi spegnete e fate riposare. Per il sugo, in una padella oliata fate rosolare l'aglio e le cipolle finché sono ben cotti. Aggiungete la zucca e sfumate con vino bianco. Aggiungete il sale e ultimate la cottura. Frullate il tutto e aggiungete un po' di olio. Per la mantecatura, unite il riso con la crema e fate saltare. Mantecate con la crema di mandorle e servite con sopra una spolverata di polvere di liquirizia.

(*Ricetta di Sonia Vellere dell'associazione La Grande Via*)

L'INIZIATIVA

Nella foto principale, alcune partecipanti di Women in food durante la cena di gala il 28 settembre al Relais Sant'Uffizio di Penango (Asti). Qui sotto, Dawn Davis, direttrice di *Bon Appetit*, e alcune delle protagoniste sul palco di Wif. Nella foto grande, un gruppo delle 20 Donne del cibo 2022, selezionate dalla redazione di *Cook*, con in mano i propri ritratti realizzati dall'illustratrice Marta Pantaleo

WOMEN IN FOOD,

Il documento 2022 è fatto di cinque parole: unicità, solidarietà, competenza, leadership e accettazione Tra gli obiettivi, oltre alle borse di studio, una scuola di food writing e un nuovo vocabolario della narrazione

In alto, un momento della due giorni di Wif. Qui sotto, la tavola rotonda «Cibo e corpo». In basso, da destra, l'incontro «Comunicazione del vino»; Georgina Hayden, chef, Lara Gilmore, co-fondatrice dell'«Osteria Francescana» e Olia Hercules, chef e food writer

IL (PRIMO) MANIFESTO

di **Angela Frenda**

Cosa è Wif. Cosa è Women in food? Se lo sono, e ce lo siamo, chiesti in tanti. L'edizione 2022 si è appena conclusa e nelle foto di queste pagine abbiamo selezionato per voi alcuni dei momenti più intensi. Con i membri del Comitato scientifico (Simonetta Agnello Hornby, Carolina Vergnano, Marella Levoni, Chiara Coricelli e Viviana Varese) e tante altre amiche stiamo già lavorando al 2023. Il 28 e 29 settembre scorsi ci siamo però salutate lasciandoci con lo stesso interrogativo. Un gruppo eterogeneo di donne che lavorano nel food in diversi settori - imprenditoria, food writing, editoria - si sono confrontate a porte chiuse su temi come il rapporto tra cibo e corpo, quello con le parole, quello con il settore del vino e quello della cucina al femminile. Il risultato? Un manifesto molto particolare, che proverò per voi a riassumere in 5 parole.

Solidarietà. Abbiamo capito che da sole non si va da nessuna parte. E dunque Wif si propone di essere una lobby (sì, non spaventatevi) che lavori per aiutare le donne che hanno meno possibilità ad emergere nel mondo food. Di qui le cinque borse di studio varate questo anno con le associazioni Cadmi e Pangea. L'obiettivo? Averne molte di più l'anno prossimo. E poi alimentare il senso della nostra comunità.

Competenza. Non basta fare. Ma serve saper fare. Noi donne cerchiamo di non rinunciare mai alla competenza. Proprio per questo dobbiamo puntare sempre di più renderla un valore imprescindibile. E avere occasioni di crescita e di formazione. Di qui l'idea di creare una school di food writing con sede in Italia, animata dalle tante anime di Wif.

Accettazione. Molti dei problemi delle donne nascono dalla scarsa capacità di volerci bene. Bisogna invertire questa tendenza. Per noi e le nostre figlie. E proprio nel cibo questo elemento spesso viene fuori, nel rapporto con il nostro corpo. Le relazioni malate tra noi e quel che mangiamo nascono però spesso anche da un errore di narrazione. Che noi di Wif ci impegniamo a cambiare, ad esempio eliminando parole pericolose come detox, calorico, sano. La grassofobia si combatte (anche) nel racconto.

Unicità. Ogni lavoro, ogni impegno di noi donne rivela quanta unicità ci sia in noi. Unicità che proprio nel mondo food, ad esempio nel vino, deve sempre di più venir fuori. Si è parlato di Dna, per dire. Ma chi più delle tante donne che stanno crescendo in questo settore sono in grado di centrare questo obiettivo? Wif si impegna a monitorare l'andamento e attivarsi per fornire strumenti di analisi e confronto.

Leadership. Il food ci sta regalando leadership. L'imprenditoralità al femminile è in questo segmento una presenza in costante aumento. Dunque godiamoci questo primato. Instauriamo reti di collegamento. E lavoriamo per costruire strumenti pratici che ci agevolino, anche nella nostra unicità.

I LIBRI

HESTON BLUMENTHAL
IS THIS A COOKBOOK?

Avventure in cucina. Così è sottotitolato l'ultimo libro dello chef londinese Heston Blumenthal, re della cucina molecolare britannica: una raccolta delle sue 70 ricette geniali (ma più semplici), come il gazpacho verde, i muffin al pomodoro, il gelato di riso o il pollo ai popcorn, ognuna delle quali è accompagnata da una sua storia, con le immagini di Dave McKean, amico di lunga data di Heston (*Bloomsbury Publishing, 368 pagine, 31 euro*)

MANUELA CONTI
FINO ALL'ULTIMA BRICIOLA

Una volta si diceva che non si deve mai lasciare nemmeno una briciola di pane. Ed è con questo messaggio che torna in libreria la food writer Manuela Conti, pronta a raccontare, a partire da quattro tipologie di pane, come riutilizzare le pagnotte avanzate. Per esempio? Grissini, finte pizze, dolci, salse. Per tornare alle antiche e buone abitudini, ovvero non sprecare nulla (*Guido Tommasi editore, 144 pagine, 25 euro*)

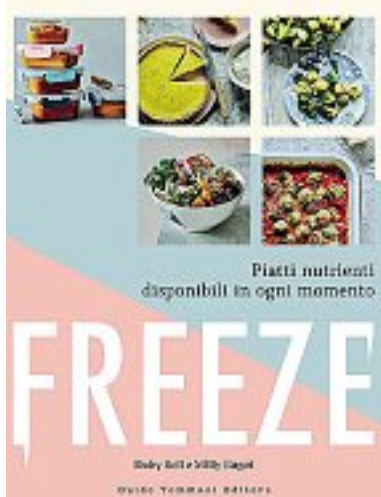
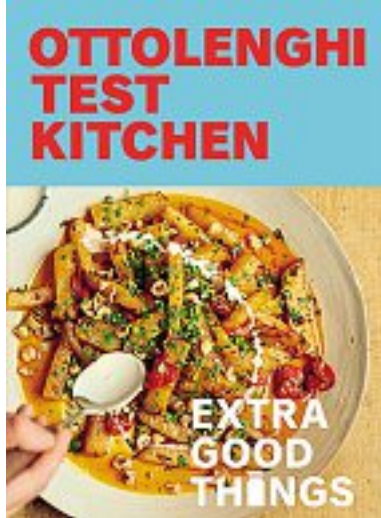
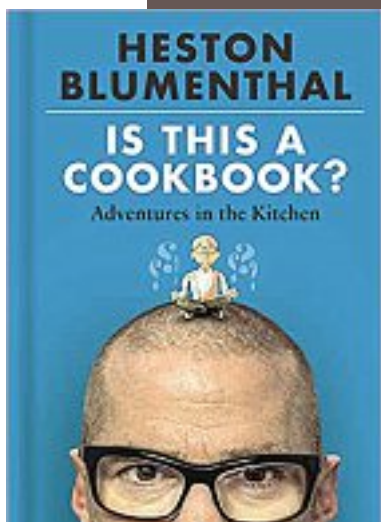
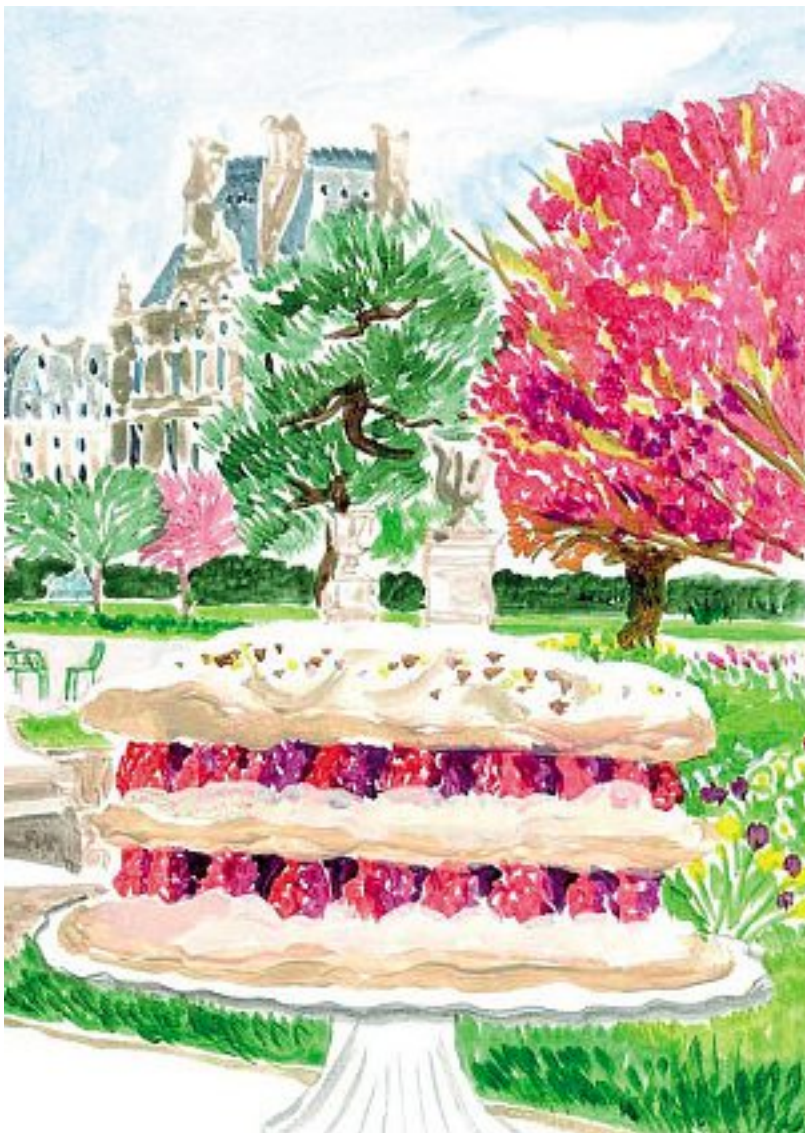
YOTAM OTTOLENGHI
EXTRA GOOD THINGS

Scritto come il precedente della serie Ottolenghi Test Kitchen assieme alla cuoca del suo laboratorio di prova Noor Murad, *Extra good things* insegna a preparare e utilizzare condimenti, salse, granole e sottaceti, le amatissime «bombe di sapore» di Ottolenghi per accompagnare qualsiasi piatto. Per amanti della sua cucina (*Ebury Press, 256 pagine, 31 euro*).

RUBY BELL E MILLY BAGOT
FREEZE

Come utilizzare al massimo delle sue potenzialità il congelatore di casa: per conservare piatti cucinati una volta alla settimana, o anche meno di frequente, da scaldare poi ogni giorno al momento. Il cosiddetto *freezer batch cooking*. Le regole per piatti salati e dolci, come la zuppa di pomodoro e lenticchie o i brownie ai lamponi (*Guido Tommasi editore, 176 pagine, 25 euro*).

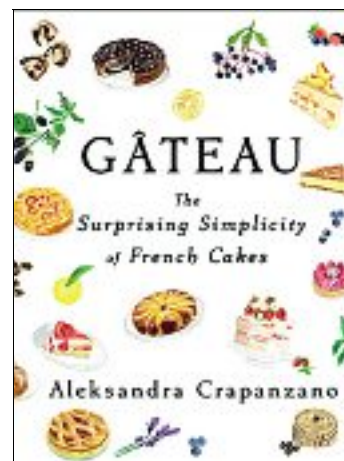
FLORENT QUELLIER
LA CIVILTÀ DEL CIBO

Dalla cultura della fame a quella dell'abbondanza. Dalla fine del Quattrocento all'inizio del XIX secolo. Dal Mediterraneo alle regioni atlantiche, Florent Quellier, storico francese dell'alimentazione, nel suo ultimo libro pubblicato in Italia traccia una storia delle moderne culture alimentari europee. Facendo luce sui temi più disparati, dalle problematiche relative all'approvvigionamento alle buone maniere a tavola, passando per le conoscenze in fatto di diete (*Carocci editore, 200 pagine, 23 euro, dal 28 ottobre*).

Il segreto dello chic francese? Pochi pezzi classici da variare all'infinito. Nella moda come nella pasticceria. Parola della giornalista del *Wall Street Journal* Aleksandra Crapanzano

Aleksandra Crapanzano, *Gateau: The Surprising Simplicity of French Cakes*, Scribner, 384 pagine, 30 euro

VISTI DAGLI ALTRI/1
UN'AMERICANA A PARIGI

di **Isabella Fantigrossi**

Ines de la Fressange, nella sua ormai celebre guida, ha raccontato al mondo i segreti dello chic parigino, la quintessenza dell'eleganza francese in fatto di moda. Che altro non è che, raccontava la modella, sapersi vestire con studiata noncuranza. Costruendo il proprio guardaroba su sette fondamentali capi di base da imparare a variare con cappelli, fusciacche, accessori. Facile. Ecco, la stessa identica formula — «i francesi padroneggiano i classici» — è ciò che spiega, racconta Alexsandra Crapanzano (scrittrice, dessert columnist per il *Wall Street Journal* e figlia della corrispondente europea del *New Yorker* Jane Kramer) nel suo ultimo libro, la sorprendente abilità (e semplicità) con la quale i parigini cucinano. «Avendo vissuto a Parigi per molti anni da bambina — racconta Crapanzano — sapevo che i francesi cucinano a casa molto più di quanto immaginiamo. Ma, soprattutto, cucinano molto più semplicemente di quanto immaginiamo, e principalmente da una gamma di classici che si prestano a improvvisazioni e piccole variazioni stagionali. Quello che non fanno — continua — è lavorare sulla grande e difficile pasticceria, che è ciò che identifichiamo in generale come la pasticceria francese». Quella la lasciano saggiamente ai pasticcieri di professione. «Ma è altrettanto vero — continua nel suo libro — che non sono mai stata a casa di un parigino che non fosse cuoco naturale, o che non finisse la cena con qualcosa di dolce, preparato con disinvoltura e servito con noncuranza. Quindi, permettetemi di svelarvi il segreto». Semplicissimo. I francesi padroneggiano ricette che hanno superato la prova del tempo e sono infallibili. Il trucco, quindi, è avere un arsenale di ricette che, una volta apprese, diventano semplici schemi, consentendo una moltitudine di variazioni, a seconda di cosa è di stagione e cosa c'è nella credenza. È un approccio pratico e i francesi non sono altro che pratici. Questa, più di ogni altra cosa, è l'essenza del savoir faire, quel know-how spiccatamente parigino che fonde stile e funzionalità in ogni aspetto della vita». Dal guardaroba ai fornelli. Ecco, allora, nell'ultimo ricettario di Crapanzano dedicato ai dolci francesi dalla sorprendente facilità, ricette come il gâteau au yaourt, la torta allo yogurt, così semplice che viene insegnata pure ai bambini. Ma con un'aggiunta di crema ai lamponi e di frutti freschi, ecco un dolce improvvisamente molto adulto. Come un abitino di Ines de la Fressange.

GÂTEAU
The Surprising Simplicity of French Cakes
Aleksandra Crapanzano

Una *recipe tester* di origine emiliana e una passione per la pasta fresca: gli ingredienti del primo ricettario di Olivia Cavalli, da sfogliare per ricordarsi ciò che stupisce agli occhi degli altri

Olivia Cavalli, *Stagioni. Contemporary Italian cooking to celebrate the seasons*, Pavilion, 240 pagine, 30 euro

VISTI DAGLI ALTRI/2
UN'ITALIANA A LONDRA

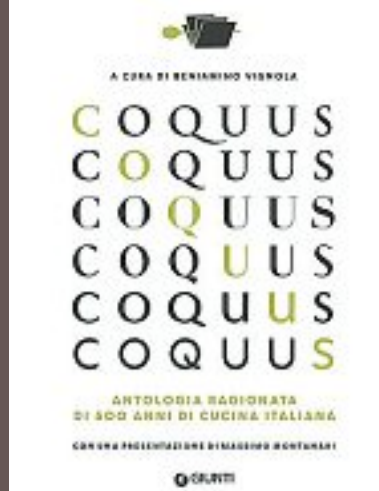
di **Isabella Fantigrossi**

Gironzolando sul profilo Instagram di Olivia Cavalli Williamson, si capisce immediatamente una cosa: tutto, dalla scelta delle ricette ai luoghi fino alle atmosfere ricreate nei suoi supper club londinesi, vuole ricordare le sue origini italiane. Cuoca, food stylist, organizzatrice di corsi di cucina e sviluppatrice di ricette, nasce a Londra da papà inglese e mamma italiana, originaria dell'Emilia Romagna. Ma è dalla nonna Albina che impara a cucinare. Durante le estati trascorse in Italia, in riviera romagnola, mangiando piadine e anguria. E, soprattutto, a Natale, durante la tradizionale preparazione della pasta ripiena. Ma è dopo l'università, alla Nottingham University dove si è laureata con un tesi sulla cucina italiana, che comincia a pensare al cibo non più solo come una passione, un affare di famiglia, ma un'opzione di carriera. Così, nel 2015, comincia a scrivere e a fotografare ricette per il *Telegraph*. Si appassiona al mondo dello styling e nel frattempo si perfeziona in alcune grandi cucine tra Londra («Carousel», «Pophams» e «Social Pantry») e l'Italia («Villa Lena», fattoria di lusso tra Firenze e Pisa). E sarà poi lei a fotografare e fare la recipe tester per il progetto (e il ricettario) di *Pasta grannies*, un grande racconto collettivo dei nonni italiani attraverso le loro ricette. Da lì, l'idea di organizzare a Londa i primi supper club italiani e di raccogliere, ricetta dopo ricetta, i piatti scoperti e imparati durante i suoi viaggi in Emilia Romagna. Così, oggi, il suo primo libro, *Stagioni*, non poteva che essere dedicato alla sua amatissima cucina (contemporanea) italiana. Omaggio agli ingredienti locali, soprattutto vegetali, e al cibo che segue il procedere delle stagioni. Ciò che contraddistingue molto la cucina italiana ed è (ancora oggi) motivo di stupore agli occhi di chi è cresciuto in molti altri Paesi. Suddiviso per stagioni, come è ovvio, vi si trovano ricette tradizionali, piatti rivisitati e altri più orecchianti. Gli spaghetti con gli agretti, le frittelle di ricotta con lo sciroppo d'arancia, le zucchine in padella con salsa di pistacchi, la zucca al forno con la polenta o i risoni al cavolo nero con le nocciole. L'obiettivo? Per i lettori inglesi, probabilmente, trovare ispirazione per cucinare tutto l'anno facendosi guidare dai prodotti che la natura offre ogni mese. Mentre il lettore italiano può trovare qui un modo nuovo, meno scontato, sicuramente intrigante, per trattare ingredienti impressi nella nostra testa da un tempo non più calcolabile.

TOM PARKER BOWLES
TIME FOR TEA

Una guida divertente e autorevole per scegliere, preparare, bere e cucinare con il tè. Soprattutto se a firmarlo, in collaborazione con Fortnum & Mason, è Tom Parker Bowles, super esperto foodwriter inglese ma, soprattutto, figlio del primo matrimonio della neo Regina Camilla. Da leggere per immaginarsi catapultati in una lussuosissima cerimonia del tè pomeridiano tra centinaia di varietà, cioccolatini e scones tipici (*Guido Tommasi editore, 240 pagine, 28 euro*).

A CURA DI BENIAMINO VIGNOLA
COQUUS

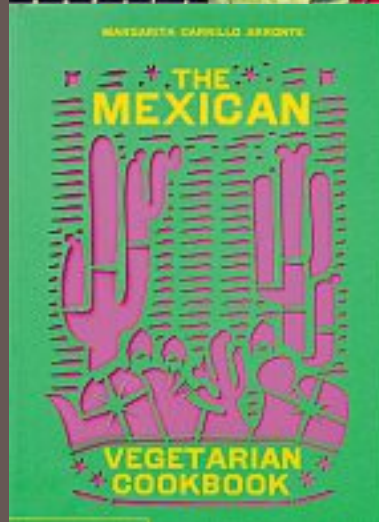
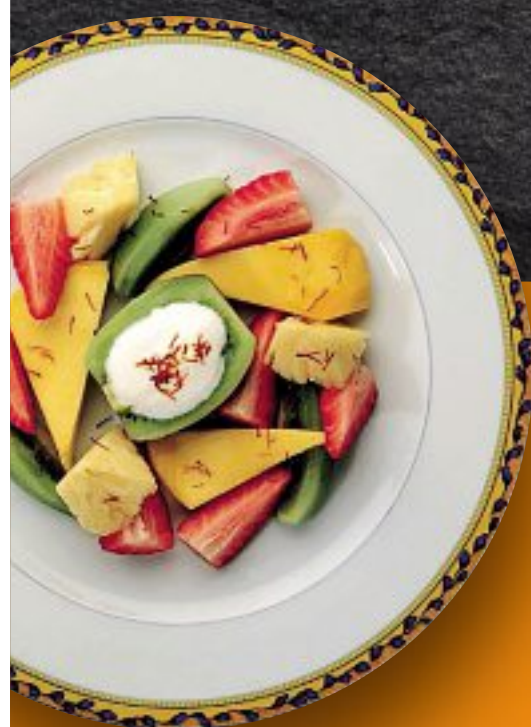
Un repertorio di ricette tratte dai nostri primi cinquecento anni di storia gastronomica (1450-1950) selezionate tra quelle ancora oggi utilizzabili e «moderne». Una raccolta inedita, di prezioso valore storico, presentata dallo storico Massimo Montanari (*Giunti, 704 pagine, 39 euro*).

MYRIAM SABOLLA
LA STAGIONE VEGETALE

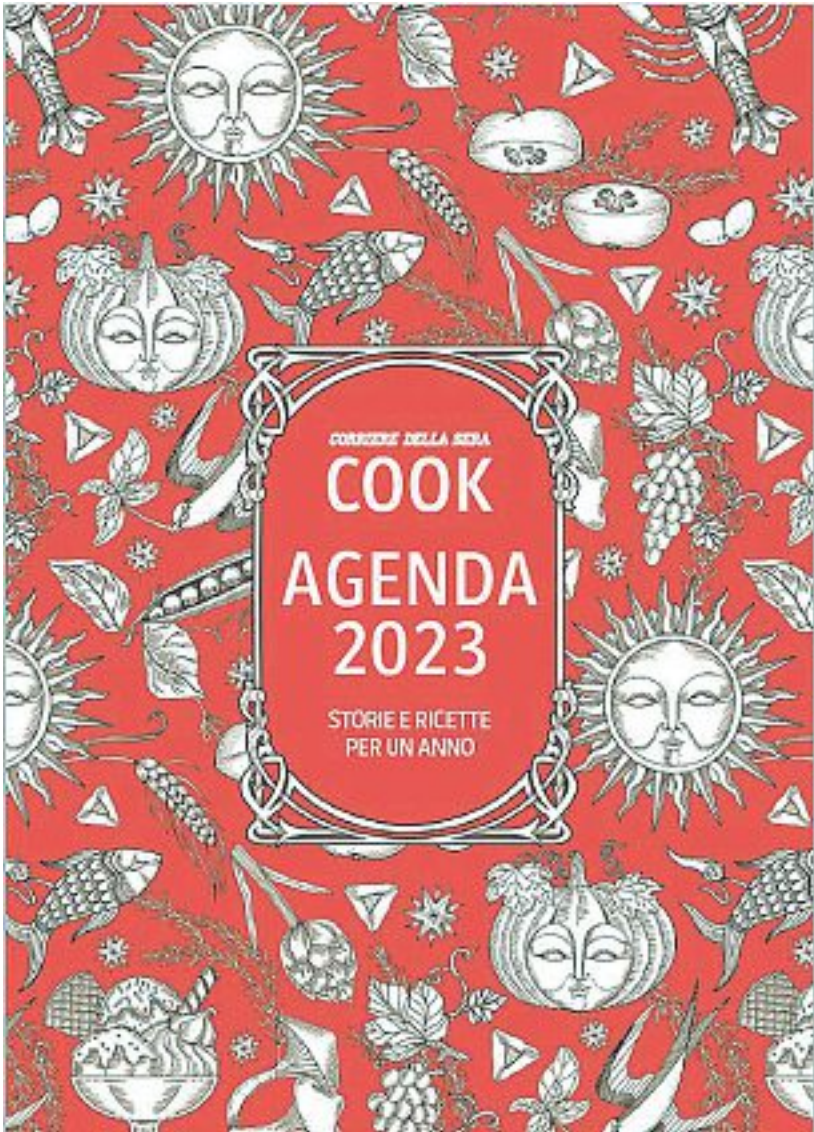
Non serve reperire ingredienti esotici per mangiare vegetariano. Il più delle volte basta riscoprire ricette della tradizione italiana un po' in disuso e abituarsi a reintrodurre nella dieta ingredienti sani, come i legumi. In questo libro Myriam Sabolla, in arte The Food Sister, cuoca diplomata alla Joia Academy, prova ad avvicinare single, coppie e famiglie numerose o gruppi di amici alla cucina vegetale. Che è, a ben guardare, incredibilmente semplice (*Slow food editore, 288 pagine, 29 euro*).

GIUSI BATTAGLIA
VIAGGIO IN SICILIA

Dopo il successo del primo ricettario, Giusi Battaglia, protagonista di *Giusina in Cucina* su Food Network, torna in libreria con un secondo volume dedicato alle ricette siciliane più amate. Antipasti, primi, secondi, lievitati, dolci e una sezione speciale dedicata allo street food. Per imparare a cucinare panelle, sfincioni e arancine come tradizione vuole (*Cairo, 256 pagine, 20 euro*).

MARGARITA CARRILLO ARRONTE
THE MEXICAN VEGETARIAN COOKBOOK

Il cibo vegetariano è profondamente intrecciato alla variegata storia culinaria del Messico. E così la casa editrice Phaidon, nella fortunata serie dei cookbook nazionali, dopo il successo del ricettario dedicato alla cucina messicana, inserisce anche il volume veg. Una guida essenziale a ricette tradizionali e moderne non create con difficili sostituzioni ma naturalmente vegetariane, a base degli ingredienti messicani più tipici: mais, fagioli, spezie, frutti, semi e anche fiori eduli (*Phaidon, 416 pagine, 49,95 euro*).

Racconti inediti, ricette, consigli di lettura e illustrazioni
È in edicola con il *Corriere* l'agenda del 2023
pensata per la comunità dei lettori del mensile di cibo

L'agenda 2023 di *Cook* è in vendita in edicola come allegato del *Corriere della Sera* (il costo è di 7,90 euro oltre al prezzo del quotidiano). La copertina e le illustrazioni interne sono state realizzate da Elisa Seitzinger

UN ANNO CON «COOK»

di **Isabella Fantigrossi**

Scrittrici e scrittori come Paola Trifirò Siniramed e Maurizio De Giovanni, le firme del mese di gennaio e di dicembre. Foodwriter da tutto il mondo, come Dorie Greenspan, Maria Teresa Di Marco, Benedetta Jasmine Guetta. E poi Sofia Fabiani, Antonella Clerici, Francesco Pruneddu, Valentina Raffaelli, Gigi e Marisa Passera, Amber Guinness e Mariangela Russo. Sono loro i protagonisti dell'agenda 2023 di *Cook*, in edicola come lo scorso anno come allegato gratuito del *Corriere*. Un altro modo per accompagnare lungo tutto l'anno la comunità dei lettori di *Cook*. Appassionati di storie, ma anche di ricette e di preziose illustrazioni. Come quelle realizzate per l'occasione da Elisa Seitzinger, la disegnatrice torinese che ha illustrato copertina e disegni dell'agenda. All'interno del volume, dunque, mese dopo mese, dodici racconti inediti legati a ingredienti di stagione, storie vissute, ricordi di famiglia, spunti gastronomici. Ciascuna firma, poi, ogni mese regala ai lettori cinque consigli tra letture, film, serie tv, podcast, da guardare, leggere, ascoltare, riscoprire tra classici della letteratura gastronomica e nuovi titoli a cavallo tra cibo, società, informazione. Ventiquattro, infine, le ricette, due per ogni mese, perfette per celebrare il susseguirsi delle stagioni, dai carciofi al gratin di gennaio fino ai mostaccioli di dicembre. Passando per il casatiello primaverile, i fiori di zucca a giugno, il pane al mais di luglio, il pollo arrosto con l'uva a settembre e le chips di zucca per novembre. Tante suggestioni da provare e riprovare. E magari anche da variare a proprio piacimento. Appuntando le «nuove» ricette negli spazi bianchi riservati affinché ciascuno sia libero di fare davvero propria l'agenda. Realizzata in collaborazione con il Consorzio Franciacorta, l'agenda di *Cook* del 2023 è in edicola con il *Corriere* al costo di 7,90 euro più il prezzo del quotidiano.

In basso alcune illustrazioni e alcune pagine interne dell'agenda di *Cook*

BORDEAUX BOHÉMIEN TRA VIGNE E SPA

Bordeaux è una città che ruba il cuore. È un concentrato di bellezza che architettonicamente ricorda molto Parigi ma è più a misura d'uomo e raccolta. Si gira facilmente a piedi oppure in bici: aspetto non da poco se si viaggia con i bambini. È bello perdersi tra le viuzze bohémien alle spalle di Place de la Bourse, ricche di negozietti vintage dalle facciate colorate e brasserie accoglienti dove mangiare un'entrecôte davanti a un buon bicchiere di Merlot: del resto Bordeaux è nota per essere una delle città dove si mangia e si beve meglio al mondo. Camminando col naso all'insù tra i palazzi settecenteschi dell'affascinante quartiere di Chartrons, che costeggia il poetico Jardin Public, mi sono immaginata dietro a una di quelle finestre eleganti. C'è una domanda che mi diverte fare sempre a me stessa quando visito una nuova città: io qui ci vivrei? Ebbene, io a Bordeaux vivrei eccome! Magari a Chartrons, in un appartamento coi soffitti alti, il parquet che scricchiola e la vista sul parco. Per dormire a Bordeaux c'è l'imbarazzo della scelta tra hotel particulier, maison d'hôtes che sembrano bomboniere e AirBnb dal décor curatissimo, che vi faranno entrare ancora meglio nell'atmosfera incantata della città. Se capitate a Bordeaux di domenica non potete perdervi il mercato di Chartrons e le più di 60 bancarelle che si susseguono lungo la Garonna, nella zona più bohemien del quartiere: lì potrete fare incetta di prelibatezze bordolesi, dai formaggi alle ostriche ai canelé, i tipici dolcetti locali. E se avete voglia di coccole, da soli o con la famiglia, rifugiatevi a «Les Sources de Caudalie», magnifica tenuta immersa tra i vigneti dello Château Smith Haut Lafitte, strutturata come un piccolo borgo di case ispirate alle antiche abitazioni dell'Aquitania. Un'oasi di pace accogliente ed ecosostenibile per stare in armonia con la natura, dove provare i trattamenti di vinoterapia della spa di Caudalie, il marchio francese nato proprio qui. Si può andare in bici perdendosi tra boschi e vigneti: l'hotel mette a disposizione gratuitamente bici per adulti e bambini e il team di accoglienza fornisce una mappa della zona, dove sono indicati i boschi privati di Château Smith Haut Lafitte, tra cui spicca un percorso verde disseminato di opere d'arte contemporanea. Da non perdere la visita guidata con degustazione dei grand cru dello Château. I ristoranti sono tre, tra cui uno stellato («La grande Vigne»). Per i bambini c'è anche una sala giochi accogliente e un servizio di babysitting se i genitori hanno voglia di concedersi una cena a due o una gita nei dintorni.

*Blogger autrice di *Moms about town*

Nell'immagine principale, un'area living dell'hotel De Len e, sotto, una veduta di Cortina d'Ampezzo. Qui sopra, la spa con vista sulla vallata e una camera (foto Helenio Barbetta). A destra, in alto, delle portate del ristorante dell'albergo e, in basso, baita Piè Tofana

HOTEL DE LEN

di **Angela Frenda**

Aperto nel 2022 nel centro di Cortina d'Ampezzo, punta al lusso discreto delle case private. Il cliente è coccolato dal sonno alla cena: materiali biocompatibili, la cucina di Andrea Ribaldone, il profumo di legno. E una spa vista *en plein air* tra le nuvole

La prima cosa che percepisci quando entri nell'Hotel de Len è il profumo del legno. Già il nome, «De Len» ovvero «di legno» in ladino, intende sottolineare l'attenzione verso le tradizioni del territorio e si riferisce al vero protagonista della struttura architettonica: il legno, appunto. È quello che ti darà la misura, nel corso del tuo soggiorno, che sei al sicuro. In un luogo che è un po' come una tana dove rifugiarti per scoprire tante cose. Anche te stesso.

Nel centro di Cortina d'Ampezzo si trova questo albergo che guarda più alle case private di lusso che agli hotel delle grandi catene. È un nuovo progetto basato sui principi di sostenibilità e benessere che propone un'esperienza contemporanea ma profondamente radicata nel territorio. L'uso del legno è tra l'altro capace anche di offrire una protezione ideale dall'inquinamento acustico, atmosferico ed elettromagnetico. Una novità, nello scenario di Cortina, dove la modernità del design e della tecnologia si intreccia al legno antico, mantenendo la linearità con il territorio circostante. L'Hotel de Len ha aperto le sue porte all'inizio del 2022, dopo un importante lavoro di ristrutturazione dello storico Hotel Impero, situato proprio nel cuore della Perla delle Dolomiti.

Il progetto architettonico firmato dallo studio GRIS+DAINESE di Venezia propone una struttura nuova, nella forma e nel concept, che si intreccia all'ambiente circostante con particolare attenzione per il rispetto dell'ambiente e il benessere delle persone. L'intera visione si ispira alla natura, alla ruralità, alla ricerca del benessere sostenibile, al ritorno verso l'essenziale. Come essenziali, ma accoglienti, sono le camere dal design contemporaneo con un richiamo alla tradizione alpina. Al piano terra la zona ristorante, guidata magistralmente da Andrea Ribaldone, che propone un concetto sempre più apprezzato di food sharing, basato su piatti casalinghi e dai sapori accoglienti. Il primo piano è invece riservato a un meraviglioso salotto con camino e divani dai colori rasserenanti e mai casuali, perché abbinati in base alle ispirazioni della natura. Il messaggio ti arriva forte e chiaro: rilassati, sei a casa. Ma è sempre l'uso sapiente del legno a riportare l'ospite, qualora ce ne fosse bisogno, al fatto che si trova in un hotel di montagna. E infatti il confort ovattato riporta proprio alle atmosfere delle baite.

Lo chef Andrea Ribaldone

A questo progetto hanno lavorato coralmente le comunità e le maestranze locali: artigiani, fabbri e falegnami di Cortina si sono impegnati per un progetto comune condividendo il loro sapere. I materiali più utilizzati sono l'abete prima patina, dal profumo antico e la capacità di riequilibrare lo stato psicofisico, e il cirmolo, noto per migliorare la qualità del sonno e per

le proprietà antibatteriche. Il corretto bilanciamento tra materiali differenti crea armonia. Tra l'altro l'Hotel de Len è oggetto di una ricerca condotta dallo studio GRIS+DAINESE insieme all' Università di Primorska, in Slovenia, all'interno del programma di ricerca InnoRenew CoE (The Renewable Materials and Healthy Environments Research and Innovation Centre of Excellence). Per la prima volta in Europa l'oggetto di studio è una struttura alberghiera: la sperimentazione è stata focalizzata principalmente sull'uso del legno, nuovo e antico, come elemento di benessere prima ancora di superficie ed elemento di arredo, sulla luce naturale e artificiale, sull'ergonomia. Ogni camera è un universo a sé, concepito non solo come il luogo dove riposare, ma anche come ambiente privato attrezzato per allenarsi, per esempio sul balcone con vista montagna. Ogni camera da letto è stata trattata e progettata per creare un'esperienza di riposo ottimale e biocompatibile. Nelle camere, infatti, tecnologie come Magma13, Orpheus e Astreo, assicurano un'alta qualità del sonno. Magma13 è una miscela costituita da speciali materiali, nella forma di un pannello posizionato sotto ogni letto. Questa materia intelligente si espande e si contrae in base a stimoli meccanici, luminosi o di temperatura, riorganizzando l'energia nello spazio in cui ci si trova. E poi Orpheus e Astreo: il primo è un filtro di rete in ambienti elettromagnetici in grado schermare le radiazioni, mentre Astreo riduce l'elettricità sporca.

Ma la vera chicca di questo hotel è la Spa. Ad accoglievi troverete delle terapiste vere, preparate e pronte a portarvi per mano attraverso esperienze create su misura, con vista sulle nuvole. Imperdibile fare l'idromassaggio *en plein air* con vista sulle nuvole dal sesto piano della struttura. Vi sentirete abbracciati dalle montagne e dalla natura. Unico il percorso tra acque di diversa temperatura: dai bagni di vapore alla fontana di ghiaccio, dalle docce emozionali alla sauna salina, fino alla sauna finlandese con vista sulla Faloria e sul campanile di Cortina. Benvenuti in paradiso.

LE 10 TAPPE IMPERDIBILI

di **Angelica Carrara**

«ALAJMO CORTINA»
Si chiamerà così il nuovo ristorante su tre piani di Max e Raf Alajmo che aprirà a dicembre al posto del famoso «El Toulà», il fienile, storica insegna della dolce vita ampezzana.

BAITA PIÈ TOFANA
Il nome lo dichiara: uno chalet alpine-chic (*in foto*) ai piedi della pista che scende dalle Tofane. L'accoglienza di Michel Oberhammer e i piatti dello chef Federico Rovacchi (della storica brigata del St. Hubertus al Rosa Alpina). Uno su tutti: il risotto con le animelle.

FRANZ KRALER
Si è perso il conto delle boutique multibrand di lusso di Daniela, Franz e Alexander. E se non bastassero quelle di Cortina, c'è un castello a Dobbiaco (Casa Kraler, ex residenza estiva della principessa Sissi).

LA COOPERATIVA
Un'istituzione. Il «grande magazzino» delle Dolomiti dal 1893. Con tanto di reparto merceria. Tra i servizi anche l'affilatura di forbici e coltelli. E funzione sociale: incontri sempre qualcuno che conosci.

«EL BRITE DE LARIETO»
Casa con fattoria, agriturismo di famiglia e cucina farm-to-table dello chef Riccardo Gaspari e della moglie Ludovica Rubbini. Si aggiunge allo stellato di casa, il «SanBrite».

«DA AURELIO»
Siamo a 2.175 metri di quota, al Passo Giau. Nel rifugio gourmet di Luigi Dariz, il menù esalta i sapori del bosco con una spiccata predilezione per le erbe spontanee. La nuova sala panoramica è nel tabià, il fienile.

LIBRERIA SOVILLA
Un'intera sezione è dedicata alla prima guerra mondiale. Specializzata in pubblicazioni relative ad architettura, arredamento e arte. Durante l'anno ospita puntualmente mostre di pittura e fotografia.

«LAGAZUOI»
Cucina ladina con influenze venete e sud tirolesi. Camere e camerata con i letti a castello. E la sauna finlandese più alta delle Dolomiti.

«MALGA FEDERA»
Tagliatelle al ragù di cervo e porcini. Strudel con salsa di vaniglia. Canederli di speck. La migliore tradizione culinaria ampezzana nella Valle del Boite.

LYS BLANC
La profumeria di nicchia di Susanna De Gobbi.

ALLA RICERCA DEGLI INNOVATORI DEL CIBO

di **Alessandra Dal Monte**

Non sappiamo ancora che volto avranno, ma sappiamo per certo che saranno «innovatori del cibo», ciascuno nella propria categoria. Visionari con un'idea ben precisa in mente. Chef, divulgatori, produttori, esperti, sommelier, bartender, food writer... tutti accomunati dalla creatività nei confronti del proprio mestiere. E da un senso di responsabilità, perché oggi avere a che fare con il cibo significa anche avere a che fare con un territorio, delle comunità, una filiera da tutelare e valorizzare. Il prossimo 28 novembre al Blue Note di Milano tornano i «Cook Awards», l'iniziativa del *Corriere della Sera* che ogni anno seleziona i «talenti etici» dell'enogastronomia. Sei le categorie per questa quinta edizione: «Food reporting» (sostenuta da Levoni), «Wine List», appena introdotta (Santa Margherita vini), «Sostenibilità» (Caffè Vergnano), «Innovazione» (Rana), «Chef novità dell'anno» (Costa Crociere) e «Bartending&spirits trend». La redazione di *Cook* e la giuria speciale — composta da Lucio Cavazzoni, esperto di sostenibilità e co-founder di Good-Land, Anissa Helou, foodwriter, Luca Iaccarino, giornalista e critico gastronomico, Antonia Klugmann, chef, Paolo Marchi, giornalista e fondatore di Identità Golose, Emilia Terragni, direttrice editoriale di Phaidon, Guido Tommasi, direttore editoriale di Guido Tommasi Editore e dai rappresentanti delle aziende che sostengono la manifestazione — sono al lavoro per scovare le storie più promettenti dell'anno. In questa fase potete essere coinvolti anche voi lettori: se lo desiderate, potete segnalarci le vostre candidature alla mail *cook@corriere.it*, con oggetto «Cook Awards 2022», specificando il nome del prescelto e la categoria di appartenenza. C'è tempo fino al 31 ottobre. Nel numero di *Cook* in uscita il 16 novembre verranno pubblicati i finalisti, e a quel punto potrete votare online il vostro preferito fino al 23 novembre. Infine, il 28 novembre durante la serata al Blue Note (seguibile in streaming sul sito del *Corriere* e dei *Cook Awards*), verranno proclamati i volti food del 2022. Aspettiamo fiduciosi la vostra partecipazione.

FOOD REPORTING

Inchieste, reportage, podcast, magazine, docu-serie, libri e film. I mezzi per fare divulgazione si sono moltiplicati e sempre più media parlano di cibo. La categoria «Food reporting» vuole valorizzare articoli, filmati, riviste e volumi che hanno saputo rivoluzionare la comunicazione in questo settore. Come? Con lo stile del racconto, con il format, con le immagini, con la chiave prescelta per affrontare un determinato argomento. Gli esempi di innovazione, sia visuale che di contenuto, nel mondo del food sono moltissimi: la versatilità del cibo come oggetto del racconto, nel momento in cui non lo si dà per scontato ma lo si nobilita, permette infatti di esplorare molte possibilità. Novità di quest'anno, la decisione di far confluire la categoria «Libri di cucina» all'interno della più ampia «Food reporting», perché di fatto anche i ricettari non sono mai solo una collezione di piatti ma un modo per fare divulgazione e cultura attorno alla cucina.

SOSTENIBILITÀ

La filiera alimentare, come ben sappiamo, ha un forte impatto sull'inquinamento globale. E paradossalmente ne è anche vittima, perché le conseguenze del cambiamento climatico rendono spesso più difficoltose e onerose le coltivazioni. Qual è, dunque, il punto di equilibrio? Mentre ad alti livelli si cercano soluzioni su larga scala, con la categoria «Sostenibilità» i «Cook Awards» vogliono celebrare chi, attraverso scelte quotidiane, prova a mettere a fuoco il peso del proprio impatto. Non solo sull'ambiente, ma anche sulle persone: la sostenibilità, oggi, ha infatti sempre più un significato sociale. Uomini e territorio devono andare a braccetto verso modelli di cura collettiva e condivisa. Cerchiamo, quindi, gli «eroi del rispetto»: coloro che, attraverso il cibo, riescono a creare relazioni virtuose tra la natura e le comunità che la abitano. Spesso il segreto è saper vedere interconnessioni laddove non sembrava ce ne fossero.

INNOVAZIONE

Nuove tecniche, nuovi ingredienti, nuove ricette, nuovi abbinamenti. Ma anche nuovi format di ristorazione, capaci di mettere in discussione gli standard a cui siamo abituati per creare diverse esperienze di fruizione del cibo. Non c'è evoluzione senza innovazione, anche in cucina: questa categoria celebra i visionari del food, coloro che hanno saputo sperimentare, analizzare, decostruire i modelli correnti con lo scopo ultimo di evolvere. Sempre all'insegna di valori comuni: dall'equilibrio alla salute, dalla convivialità al benessere, dall'equità all'accessibilità. Con questa categoria celebriamo ogni anno chi riesce a integrare in un piatto, in una tecnica, in un concept o in un ristorante le grandi sfide della gastronomia contemporanea. Una sintesi che non è affatto semplice da trovare, ma che gli innovatori del cibo riescono a visualizzare prima degli altri attraverso creatività, intuito e lungimiranza.

Per il quinto anno il «Corriere» celebra i volti del food: chef, bartender, sommelier, produttori, comunicatori
La cerimonia si terrà il 28 novembre a Milano

WINE LIST

La carta dei vini è un biglietto da visita, tanto quanto il menu del ristorante. Trovarci dentro il giusto mix di grandi bottiglie, piccoli produttori, chicche nazionali e straniere, possibilmente in un linguaggio e in un formato grafico accattivanti, non è affatto scontato. Come non lo é, per chi la carta la compila, individuare a monte quella combinazione di etichette in grado di esprimere al meglio la personalità del locale. Si tratta, insomma, di un mestiere a tutto tondo: con la categoria «Wine List», novità di quest'anno, cerchiamo i migliori sommelier/responsabili di sala in circolazione. Anche perché in tempi difficili come questi, in cui tra crisi energetica e inflazione il vino stesso costa di più e il consumatore tende a spendere un po' meno a cena fuori, gestire la cantina significa di fatto gestire un pezzo di business del ristorante. Il sommelier moderno deve essere un buon manager, oltre che un buon degustatore: questa è la sfida.

BARTENDING & SPIRIT TREND

La mixology è un mondo affascinante, tutto da raccontare: dai grandi classici ai drink analcolici, dalle nuove tecniche agli ingredienti più particolari, questo settore richiede delle competenze e una professionalità crescenti, anche dal punto di vista manageriale. Per questo, con la categoria «Bartending&spirits trend», nata nel 2021, i «Cook Awards» vogliono celebrare i protagonisti dell'arte del bere bene nel mondo, tra locali storici e nuove insegne. L'idea alla base della selezione è che anche attraverso la mixology si possa fare cultura: con un cocktail si possono raccontare un'epoca storica, una ritualità, un territorio e i suoi gusti. Ci sarà dunque una grande attenzione, nella scelta dei finalisti, verso i bartender e le barladies che non si limitino a saper usare bene il mixer, ma che attorno a quel bicchiere sappiano creare un'esperienza e costruire una storia. Solo così degustare un drink potrà diventare un gesto indimenticabile.

CHEF NOVITÀ DELL'ANNO

Lo scenario gastronomico non è mai stato così in fermento: dalle giovani scommesse della cucina che iniziano attività in proprio ai sous chef che spiccano per creatività e talento, passando per professionisti già affermati che decidono di dare una svolta alla propria carriera, inventando format nuovi. Superato lo stallo biennale della pandemia, gli investimenti nel settore della ristorazione sono ripresi in tutta Italia e il panorama è tornato spumeggiante. Con questa categoria puntiamo dunque a scovare cuoche e cuochi che sappiano coniugare la qualità della cucina a una visione fuori dal comune. In tutti cerchiamo, oltre al talento, una consapevolezza di base: il fatto che essere un cuoco, oggi, significhi anche avere una responsabilità, un messaggio da diffondere, dei valori su cui ragionare. Lo «Chef novità dell'anno» è dunque colui che ha saputo trovare una propria voce e una propria idea, per fare una cucina che lo rappresenti appieno.

LE NUOVE APERTURE

«Tripstillery», Piazza Alvar Aalto, Milano

MILANO

IL COCKTAIL BAR CON DISTILLERIA

Un cocktail bar con distilleria sotto i grattacieli di Gae Aulenti. Il nuovo locale del Gruppo Farmily — di cui fa parte lo speakeasy «1930», 35esimo nella classifica dei 50 Best Bars —, offre agli ospiti, oltre a una cucina pop e ai drink d'autore del bartender Luca Vezzali, l'inedita possibilità di creare distillati personalizzati artigianali attraverso un grande alambicco a vista — progettato da Nicola Corna — che è l'attrazione dell'insegna. Gli ospiti possono quindi selezionare le erbe aromatiche — tutte provenienti da 16 ettari di proprietà di «Tripstillery» sul Lago d'Iseo — e creare la ricetta del proprio distillato o liquore, che produrrà il mastro distillatore Francesco Zini.

G. Princ.

«Da Vittorio Selection», Corso Matteotti 7, Milano

MILANO

IL PRIMO POPUP DI «DA VITTORIO»

«Da Vittorio Selection» debutta a Milano. La famiglia Cerea e il pastry chef Davide Comaschi, grande maestro del cioccolato mondiale, hanno aperto insieme, per la prima volta, un popup store di alta pasticceria. Ci sono i carati e le pepite di cioccolato di Comaschi, scolpite come pietre preziose. Ma, anche, raffinate proposte di pasticceria fresca, torte e mignon, del pastry chef Simone Finazzi, del tristellato «Da Vittorio», in provincia di Bergamo. E, poi, per il periodo natalizio una favolosa collezione ispirata A Christmas Carol. La boutique, in Corso Matteotti 7, sarà attiva sino al 31 dicembre.

G. Princ.

COLLE DI VAL D'ELSA (SIENA)

Una struttura iper-tecnologica e sostenibile dove sperimentare e fare sentire i clienti parte della natura: lo chef Gaetano Trovato celebra i 40 anni della sua insegna bistellata dandole una nuova «casa»

Nella foto a fianco, la nuova sede del ristorante «Arnolfo», progettata dallo studio di architettura Milani. Mille metri quadrati di superficie per 40 coperti, con una cantina da 6 mila etichette di vino. Si trova al civico 24 di Viale della Rimembranza a Colle di Val d'Elsa, in provincia Siena

UNA (ECO) NUVOLA DI VETRO PER LA RINASCITA DI «ARNOLFO»

di **Gabriele Principato**

«Arnolfo» cambia casa. A 40 anni dalla fondazione il ristorante toscano da due stelle Michelin dello chef Gaetano Trovato si sposta dal centro medioevale di Colle Val D'Elsa su una collina di fronte la città, in un gioiello d'architettura contemporanea eco-sostenibile e dalle pareti di vetro. «Questa nuova sede è dedicata alle future generazioni, come mia figlia Alice (che è la manager del ristorante, *ndr*)», spiega Trovato, che ha avviato l'insegna insieme al fratello maitre e sommelier Giovanni nel 1982, arrivando a renderla una destinazione gastronomica e uno dei simboli dell'alta ristorazione toscana. Mille metri quadrati di superficie per 40 coperti, con una cantina da 6 mila etichette, la struttura è stata progettata dallo studio di architettura Milani. «Si tratta di un luogo innovativo, iper-tecnologico, dove chi lavora con me ha tutto lo spazio e gli strumenti per fare ricerca e sperimentare. E, agli ospiti, grazie alle pareti di vetro consente di vivere il ristorante e la sua cucina, ma anche la campagna circostante, nella loro totalità». Trovato, del resto, è sempre stato un innovatore. Quindici anni fa lanciò un menu vegetariano quando di cucina vegetale ancora non si parlava. Una proposta che continua a evolversi con piatti come l'uovo d'anatra di Bartolotti, un piccolo allevatore di Ravenna, proposto con patate e zafferano di San Gimignano. O il cavolo, realizzato attraverso l'assemblaggio di cavolfiori, broccoli, cavoli neri e cavoletti di Bruxelles cotti separatamente. Un trionfo di consistenze e contrasti che è presente nel percorso «Impressionismo Vegetale». «Sono ricette che nascono dallo strettissimo rapporto che ho con tanti produttori d'eccellenza che cerco di promuovere e sostenere», spiega. Attenzione che si percepisce anche nel menu degustazione «Ottantadue Ventidue», studiato per celebrare i 40 anni dell'insegna.

Sopra, lo chef bistellato Gaetano Trovato

«Vite», viale della Repubblica 3, Lancenigo (Treviso)

TREVISO

SIMONE SELVA, UN HUB CULTURALE

C'è l'agnello in salmì con fichi alla brace. E il raviolo di finocchio con cannocchie e zenzero ossidato. Classe '97, originario di Aquileia (Udine), dopo aver lasciato lo stellato «Wisteria» di Venezia, lo chef Simone Selva ha sposato il progetto dell'hub culturale Treviso Arts District del giovane imprenditore Davide Vanin, sviluppato in un'ex area industriale riconvertita alle porte della città, aprendo al suo interno «Vite». Il ristorante si trova all'interno di un concept store di design, dove ogni componente d'arredo è in vendita. Qui, con grande capacità tecnica, fonde ingredienti classici e influenze esotiche.

G. Princ.

«Concezione Restaurant» via Verdi 143 Catania

CATANIA

LA «CONCEZIONE» DI TROPEA

Si chiama «Concezione Restaurant» la nuova avventura di Manuel Tropea, 29 anni, fiero catanese, ex sous chef di Davide Guidara da «Sum» e ora partito con un locale tutto suo. Venticinque coperti, tre menu degustazione, radici ben visibili ma con il desiderio di osare. Lo si vede in piatti come il «Risotto al nero di trippa», un particolare mare e monti, e «Passeggiata in via Plebiscito», ispirato all'esperienza tutta catanese del panino con il cavallo. C'è anche un po' di ironia nella «concezione» di Tropea: in «A Catania non sappiamo fare la Sacher», il dolce c'è ma è a base di melanzana.

A.D.M.

MILANO

«L'ALCHIMIA» RADDOPPIA NEL CUORE DI BRERA

Lasagna verde con zucchine, Castelmagno e amaretti. Cannelloni con pappa al pomodoro, basilico e burrata. E, ancora, il galletto *à la presse*. O, la spigola alla mugnaia con spinaci all'italiana. «Locanda alla Scala» (*Via dell'Orso, 1*) è il nuovo progetto ideato dai soci de «L'Alchimia». «Un locale governato da un oste, dove una cucina tradizionale, golosa e realizzata alla perfezione, viene proposta in un ambiente dal servizio puntuale e discreto», così Alberto Tasinato, socio e responsabile di entrambi i progetti, descrive il concept dell'insegna. «Quando abbiamo visto questo spazio, dove un tempo c'era lo storico ristorante "Coriandolo", siamo rimasti conquistati. Si trova in una posizione straordinaria, tra Piazza della Scala e Brera, nel cuore del quartiere più romantico di Milano... non potevamo farcelo scappare», racconta. «Abbiamo immaginato di renderlo un punto di riferimento nuovo ma senza tempo, che accolga sia i milanesi amanti della tradizione, che il turista sempre più attento e preparato sul buon cibo italiano». Ne è scaturito un menu che propone tutti i grandi classici della "milanesità" — compresa la costoletta di vitello — eseguiti a regola d'arte dal team dello chef Francesco Iob, cresciuto nella cucina de «L'Alchimia» guidata dallo stellato Giuseppe Postorino, che detta la linea all'indirizzo. Il servizio, a cura di Giovanni di Benedetto, ricalca quell'attenzione per l'accoglienza sempre discreta ma di alto livello, che ha rappresentato certamente uno degli elementi del successo dell'insegna al 34 di Viale Premuda. Ad affiancarlo nella gestione della sala è la sommelier Giulia Martini, che cura anche la carta dei vini, dove a essere proposta è una selezione di 150 etichette sia di piccole cantine, che di grandi maison. Da provare assolutamente? Il gelato alla crema «a Teatro». Così chiamato perché al cliente viene data la possibilità di scegliere al tavolo come arricchirlo di golosità. Un gioco gastronomico che si ritrova anche in altre preparazioni in carta, che vengono finite in sala insieme agli ospiti.

G. Princ.

Una sala della «Locanda alla Scala», via dell'Orso 1 a Milano

ROMA

LA SCOMMESSA «CAPITALE» DEL «JERRY THOMAS»

Drink d'autore e cucina *all day long*. Dopo un lungo restyling rinasce il complesso seicentesco di Palazzo Ripetta a Roma. Entro l'anno ospiterà un hotel indipendente a 5 stelle — con 78 tra camere e suite —, insieme ad una delle novità più attese della Capitale: il «Baylon Cocktail Bar» del team del «The Jerry Thomas Project». «Per noi è la prima avventura al timone del bar di un albergo di lusso», spiega Alessandro Procoli, fondatore nel 2009, insieme a Roberto Artusio, Leonardo Leuci e Antonio Parlapiano del *secret bar* romano entrato ben sei volte nella classifica dei World's 50 Best Bars. «Il locale sarà guidato dalla bar manager Desirè Verdecchia e proporrà drink che accompagneranno gli ospiti in ogni momento della giornata. Al centro della carta ci saranno i migliori spirits italiani, coi quali realizzeremo una collezione di inediti *twist on classic* intorno a drink come lo Spritz, il Negroni o l'Americano». Il civico 231 di via di Ripetta — di cui ha curato il restauro lo studio d'architettura di Roberto Liorni per l'imprenditore Giacomo Crisci, amministratore del Gruppo Ginobbi, proprietario del complesso — proporrà anche una ristorazione *all-day long*, studiata insieme all'agenzia Laurenzi Consulting: il ristorante «San Baylon» dello chef Marco Ciccotelli e la boulangerie pâtisserie firmata da Giuseppe Solfrizzi di «Le Levain», oltre ad un chiosco esterno, «Piazzetta Ripetta», destinato ad una cucina immediata.

G. Princ.

SCUOLA DI VINO E COCKTAIL

MINIBAR

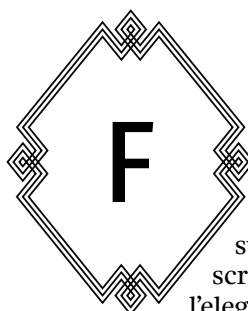
AI NONINO IL PREMIO AMERICA

di **Gabriele Principato**

Francesca Bardelli Nonino *(nella foto)* ha conquistato il Premio America 2022. Sesta generazione della famiglia dell'omonima distilleria friulana, la Camera dei Deputati di Roma ha deciso di assegnarle il riconoscimento per la capacità con la quale è riuscita negli Stati Uniti, tramite i social network, a valorizzare la sua azienda e la cultura della grappa.

Elegante come un bianco e strutturato come un rosso. Dal 2010 è l'unica Doc italiana dedicata unicamente a un rosato

di **Luciano Ferraro**

CERASUOLO D'ABRUZZO

Francesco Paolo Valentini, produttore di uno dei migliori Cerasuolo d'Abruzzo, lo descrive così: un vino con l'eleganza di un bianco e la struttura di un rosso, grazie a un vitigno straordinario come il Montepulciano. Dal 2010 quella del Cerasuolo è l'unica Doc italiana dedicata unicamente a un rosato. Prima il Cerasuolo era inserito nella Doc del Montepulciano d'Abruzzo. Era il classico vino immediato e coinvolgente, quello che i contadini offrivano a chi li andava a trovare. Fino al secolo scorso si vendeva soprattutto all'interno dei confini regionali. Dal Duemila ha raggiunto l'intera Europa, e ha attraversato gli oceani, fino agli Stati Uniti e al Giappone. Un antico estimatore dei vini abruzzesi fu Annibale. Secondo lo storico Polibio, Annibale disse che davano forza ai soldati e guarivano i feriti. Dagli anni Sessanta i viticoltori si sono organizzati per far avere al Cerasuolo d'Abruzzo (da non confondere con il Cerasuolo di Vittoria, un rosso siciliano) una identità legislativa propria. Lo ricorda il libro di Guido Giuliani «Il vino in Abruzzo», del 1975. Il vitigno è il Montepulciano (minimo 85%), lo stesso del rosso Montepulciano d'Abruzzo. Cambia il modo di vinificarlo. La versatilità dell'uva consente di creare rosati freschi e sapidi o rossi corposi e longevi. Il Cerasuolo d'Abruzzo si produce nelle province di Chieti, L'Aquila, Pescara e Teramo. È ottenuto dalla vinificazione in bianco delle uve rosse. Il colore è rosso ciliegia brillante, la «cerasa» da cui deriva il nome. Le zone più elevate, fino a 600 metri d'altitudine, danno vini fruttati e croccanti. In quelle più calde lo stile del Cerasuolo punta sulla morbidezza e la polposità. Due le tipologie, base e superiore, la seconda prevede una minore resa per ettaro e un tempo di affinamento più lungo. Molte le cantine da scoprire per le loro etichette in rosa. Oltre a Valentini, a Loreto Aputrino (Pescara) merita attenzione Torre dei Beati. Come La Valentina, Masciarelli, Emidio Pepe, Tiberio e i colossi Citra e Tollo.

È la versione del Cosmopolitan firmata da Emanuele Balestra, bartender de Le Majestic di Cannes. Per dissetarsi e sentirsi felici

di **Marco Cremonesi**

COSMO FESTIVAL

Dopo aver vinto il Festival di Cannes, uscite dal Palais. Attraversate la Croisette ed entrate nel sontuoso Hotel Le Majestic. Il bar è il regno di un nostro grande connazionale, Emanuele Balestra. Potreste farvi preparare una sua versione del Cosmopolitan, il Cosmo Festival. Vi disseterete e uscirete felici. Il Cosmopolitan è uno dei drink cult degli anni Novanta, simbolo di un'era. Questa versione è nata come drink speciale per i giorni del Festival, anche se ora la si può bere sempre. E' opera di un bartender particolare, Emanuele Balestra, che nasce nell'alta profumeria e si affina nella scienza degli aromi naturali (i profumi commestibili) a Grasse, da Robertet. Gli ingredienti. La vodka è a vostra scelta, ma il triple sec è importante. Emanuele usa il Grandmont: artigianale, raffinato, non semplice da trovare. L'alternativa è il Pierre Ferrand: evitare i marchi dal prezzo infimo. Il succo di cranberry (il mirtillo rosso americano) si trova nei negozi di prodotti naturali e nei supermercati forniti. Poi, bisogna prepararsi l'infuso di ibisco, quello secco è in erboristeria. Versate un litro di acqua bollente sopra 80 grammi di ibisco secco. Coprite, lasciate riposare per una notte e al mattino l'infuso è pronto. Importante è la non-guarnizione, il fiore di violetta cristallizzato. In Francia, le migliori sono quelle di Tourrettes e di Tolosa, in Italia c'è la grande tradizione di Cuneo, dove si accompagnano ai marron glacé. La ricetta. In uno shaker freddo aggiungete al ghiaccio 5 cl di vodka, 2 cl di triple sec, 1 cl di succo di limone fresco, 2 cl di succo di cranberry e 2 cl di infuso di ibisco. Agitate bene e scolate con lo strainer (o un colino) in una coppa cocktail ghiacciata. La Violetta non è una guarnizione perché si scioglie, rendendo la bevuta evolutiva: più secca e acida prima, più dolce e profumata poi. Il perfezionista decorerà il bicchiere con una pennellata di sciroppo a cui applicherà una scia di petali di violetta. Fatto in casa, il drink è buonissimo. Berlo nei giardini di Le Majestic contemplando le aiuole profumate in cui Emanuele Balestra coltiva le sue essenze, beh…è diverso.

ILLUSTRAZIONI DI FELICITA SALA

PODCAST & CO

GLI STRAIGHT TALK DI WINE SPECTATOR

di **Benedetta Moro**

Qual è lo stato dell'arte del cabernet sauvignon della Napa Valley, celebre regione vitivinicola della California, colpita nel 2020 dagli incendi? Una tavola rotonda dei maggiori produttori sarà protagonista della puntata numero uno di «Straight Talk with Wine Spectator», il primo podcast del magazine *Wine Spectator* che racconterà il vino di tutto il mondo. Disponibile da ottobre su *WineSpectator.com/podcast*.

Dalla passione per la politica alla direzione marketing e ospitalità di Feudi di San Gregorio. La sua missione? «Avvicinare i clienti al produttore». Per esempio, con il nuovissimo «ufficio esperienziale»

Ella Capaldo, classe 1979, direttrice Marketing e ospitalità di Feudi di San Gregorio, in Irpinia. La sua missione è la comunicazione del vino tramite la contaminazione dei linguaggi. *Crediti*: location «Motelombroso», il ristorante di Alessandra Straccamore e Matteo Mazza a Milano

ELLA CAPALDO

di **Alessandra Dal Monte**, foto di Valentina Sommariva

Ella Loprete, nata l'8 gennaio 1979 a Roma. Una carriera avviata nelle relazioni istituzionali, una passione sfrenata per la politica. Ventidue anni fa conosce il suo futuro marito, Antonio Capaldo: «Si era imbucato a una festa a casa mia, a Parigi. Da allora non ci siamo più lasciati». È Antonio a farla entrare nel 2019 nel mondo del vino: dal 2009 presidente della tenuta vinicola di famiglia — Feudi di San Gregorio, fondata nel 1986 a Sorbo Serpico (Avellino) — le chiede di aiutarlo con la gestione della cantina. «Il progetto era talmente affascinante che ho detto sì — spiega Ella, mai pentita della scelta anche se all'inizio è stato difficile —. Sono arrivata e mi sono detta: e adesso? Da dove parto? Ho cominciato dall'enoturismo, perché è da sempre il punto di forza di Feudi. Siamo nati per questo: abbiamo le camere, il ristorante, l'orto. E siamo stati tra le prime cantine di design in Italia. La squadra dell'ospitalità era già bravissima, ma mancava completamente la comunicazione esterna». Ella Capaldo assume la direzione Marketing e ospitalità, e le cose cominciano a cambiare: «Prima era l'area commerciale a guidare le altre funzioni aziendali, ora il marketing è più centrale. E per me marketing significa racconto: la comunicazione, infatti, è il grande problema del vino. Non solo in Italia: in America le persone vogliono vedere il produttore nella bottaia, in Germania acquistano da cataloghi tipo supermercato. In generale, siamo molto indietro nella narrazione di questo settore. Ed è un peccato, perché il nostro è un mondo meraviglioso, fatto di persone appassionate, di emozioni e di fatica. Ma è anche un mondo molto mediato, in cui il produttore si interfaccia di rado direttamente con il pubblico. In mezzo ci sono i distributori, i ristoratori, i sommelier... Perciò tutti quei valori legati alla produzione, che sono autentici, rischiano di perdersi. Bisogna far sì che il racconto da parte delle varie figure sia più esperienziale che tecnico. Se un sommelier viene da noi, potrà spiegare che le nostre vigne hanno 150 anni, sono alte tre metri e la raccolta dell'uva viene fatta a mano su scale a tre piedi. Che ci troviamo a 1.200 metri di quota, e che la nostra è una Campania montagnosa. Tutta un'altra storia rispetto a elencare i sentori al naso e in bocca. E poi, appunto, da produttori è importante puntare sul rapporto diretto con il consumatore». Dunque è nato Visionary Chef, una serie di cene (dopo Napoli e Milano, prossima tappa Torino) in cui accanto al vino e ai cuochi coinvolti anche i clienti sono protagonisti: vengono sistemati in tavole sociali per conoscersi tra loro. Poi: le opere d'arte *in situ* che ogni due anni arricchiscono la cantina. L'ultima, quella di Pietro Ruffo. A marzo toccherà a un artista straniero. A Roma c'è anche il nuovo «ufficio esperienziale», una sede per *tasting*: «È il progetto che mi fa più paura, una scommessa — dice Ella —. Qui raccontiamo la linea Feudistudi con degustazioni originali, a base di aromi e profumi». Ma l'obiettivo è renderle indimenticabili: «Io quella che feci 15 anni fa in California me la ricordo ancora: ecco cosa intendo per "racconto"».

ENO-TIPS

di **A.D.M.**

L'INIZIATIVA

LA BIBLIOTECA DELL'AMARONE

Quarantotto annate che abbracciano sei decadi, dal 1958 al 2013. È «The Library», il progetto della storica cantina della Valpolicella Bertani: una monografia curata dal Master of Wine Nick Jackson, che ne ha selezionate 43, e l'opportunità di comprarne alcune su richiesta.

ARTE

L'INVASIONE DEGLI INSETTI DORATI

Quattrocento piccoli elementi dorati all'interno del Castello di Semivicoli, sede delle tenute Masciarelli, in Abruzzo. «Ad Naturam», l'opera *site specific* dell'artista Marcantonio, fa parte della seconda edizione di «Masciarelli Art Project»: il pubblico in visita potrà ammirare questo omaggio alla biodiversità.

IL LIBRO

TUTTE LE FACCE DELL'ENOTURISMO

I numeri — 14 milioni di visite in cantina e un giro d'affari di 2,5 miliardi — le norme e le storie: Donatella Cinelli Colombini (Donne del vino) e Dario Stefàno, padre della legge sull'enoturismo, in *Viaggio nell'Italia del vino* (Agra Editrice) analizzano un pezzo molto importante del Made in Italy.

L'INDIRIZZO

NORDELAIA, RELAX TRA LE VIGNE

Un wine resort da 12 camere nel Monferrato, con spa, bistrot, un ristorante («L'orto», in cucina il resident chef Pearce e la firma di Ribaldone) e intorno borghi (Cremolino) e vigne. Nordelaia, design inglese by These White Walls, fa rima con relax. Da assaggiare i vini della casa.

IL PREMIO

FABRIZIO BASILE, «VIGNAIOLO ESTREMO»

Si è aggiudicato il «Gran Premio Cervim 2022», assegnato dal Centro di ricerca sulla viticoltura eroica all'annuale Mondiale dei vini estremi in Valle d'Aosta: con il «Pantelleria 2017 Shamira» Fabrizio Basile sfida il caldo torrido e il vento secco dell'isola.

FLÂNEUR AI PIEDI DEL MONTE ORFANO

di **Emilia Mistica**, illustrazione di Monica Lovati

Gite tra monumenti, tour tra le vigne e shopping di specialità gastronomiche Dieci consigli utili alla scoperta di Rovato, la prima di una serie di puntate dedicate alle colline a sud del lago di Iseo dove nascono le bollicine made in Italy

1. IL RISTORANTE
OSTERIA QUATTRO ROSE
Vineria con cucina. Non c'è certezza sull'origine del nome: dalla prima gestione di quattro sorelle al signore rientrato dagli Usa amante del whisky Four Roses, al grande roseto. Il patron è Arber Troci. Ottimi la carne alla brace e i piatti tradizionali. *(via Castello, 27b)*

2. L'ATTIVITÀ
CORSO DI CUCINA
Con la signora Roberta (90 euro, su prenotazione, con cena). Si può scegliere tra due percorsi: classico e tradizionale. (*Trattoria Del Gallo, via Cantine, 10*)

3. DA COMPRARE
CAPPELLO DEL PRETE
Francesco Lancini è il macellaio degli chef e del Papa (la sua carne è stata scelta per il banchetto preparato a Brescia nel 2009 per Benedetto XVI). *Macelleria Francesco Lancini (via Castello, 40)*

4. DA VEDERE
PIAZZA CAVOUR
Voluta come agorà del mercato, progettata dall'architetto Rodolfo Vantini, pavimentata a ciottoli e delimitata da porticati. Ad aprile e settembre c'è lo Sbarazzo: i bottegai vendono in piazza a prezzi scontati.

5. DA VEDERE/2
PALAZZO DEL COMUNE
Si dice che ospitasse l'abitazione dell'artista Alessandro Bonvicino, il Moretto. Nella sala consiliare, un tempo usata come teatro, è rimasto un pianoforte. *(via Lamarmora, 7)*

6. DA VEDERE/3
CASTELLO E MURA VENETE
Costruite con la caratteristica pietra del Monte Orfano, le Mura Venete racchiudono il castello di Rovato. Da notare un particolare strategico: le porte sono fuori asse per evitare scorrerie veloci dei nemici.

7. LA CANTINA
«LE VEDUTE»
Sette ettari di vigneti a regime biologico, curati da due amici, Graziano Manenti e Andrea Gozzini, sul Monte Orfano. Sull'etichetta delle bottiglie c'è una farfalla, simbolo di eleganza. *(via Monte Orfano)*

8. DOVE DORMIRE
IL CONVENTO DELL'ANNUNCIATA
Fondato nel 1449, è custodito oggi dalla Fondazione Vittorio e Mariella Moretti. Undici camere essenziali nelle ex celle dei frati e un chiostro con porticato originale. Dal loggiato, vista sulla vigna dove Bellavista produce il vino Convento SS. Annunciata. *(via Monte Orfano, 9)*

9. IL PIATTO
IL MANZO ALL'OLIO
Cappello del prete, acciughe, olio, aglio, pane grattugiato e grana. La ricetta del manzo all'olio è una Denominazione di origine comunale. Celebrato da una confraternita, vanta una rassegna gastronomica ad aprile e novembre.

10. APPUNTAMENTO
FESTIVAL RINASCIMENTO CULTURALE
Tra gli appuntamenti, il 19 ottobre, a Ospitaletto, il concerto con Filippo La Porta, mentre il 25, a Gussago, Piero Dorfles racconterà i cento libri che rendono più ricca la nostra vita.

DENTRO LA NUOVA CUCINA DI «COOK»

di **Gabriele Principato**
foto di Paolo Lavizzari

Food talk, incontri in streaming, videoricette e molto altro
Nasce il salotto gastronomico all'interno della redazione di via Solferino: una piazza (non solo virtuale) per far incontrare la comunità dei lettori

Alle pareti una carta da parati ispirata ad un tessuto vintage. I mobili, dallo stile shabby chic, raccolgono tutti i nostri props: piatti, bicchieri, scodelle e altri oggetti retrò o di design. In contrasto, a dominare la scena, è una cucina iper-tecnologica, affacciata su un terrazzo popolato di nuove piante e un orto aromatico. Ecco che profumi di agrumi e alloro entrano nella cucina di redazione di *Cook*, a Milano. Oltre mille diverse ricette sono state impastate, spadellate, cotte in forno o in qualche modo assemblate nel corso dei primi due anni di attività di questo spazio. Dall'orzotto alla carbonara, fino agli spaghetti al limone. Passando per il ragù di lenticchie, l'orata al sale e i dolci più svariati: innumerevoli versioni di tiramisù e crostate di frutta per tutte le stagioni. O creme, dallo zabaione a quella di nocciole piemontesi.

Tutto è iniziato nell'ottobre del 2020 con una torta senza. Senza latte, senza burro e senza uova. E con una domanda: «Possibile che venga buona?». La risposta è arrivata alla fine della prima videoricetta: «Sì, possibile». Poi il dolce salutare è stato seguito da un brasato al midollo, una New York Cheesecake «eretica» (perché fatta con la ricotta) e degli gnocchi di miglio alla romana. Insomma, ci siamo messi in gioco. Scegliendo e rifacendo passo dopo passo sia le più belle ricette che in questi anni avete letto su *Cook* sia tante preparazioni base — dalla maionese alla pasta frolla — e piatti d'autore. Contenuti video che quotidianamente trovano spazio

sul sito di *Cook* (*corriere.it/cook*), quanto nei suoi account sui social network.

In questi ultimi mesi, però, abbiamo sentito un'esigenza di rinnovamento. Così è nata l'idea di ridisegnare la cucina di redazione di *Cook-Corriere della Sera*, la prima nella sede di un quotidiano italiano, per renderla ancora più simile ad una casa. Donandole un ambiente familiare, mossi dall'idea di creare un salotto dove viva l'anima del magazine — in cui la community dei «Cookers» ha imparato in questi anni a riconoscersi — fra piastre a induzione e ricette d'autore. Per realizzare tutto questo è stato necessario ragionare su un nuovo allestimento. Per gli interni abbiamo immaginato una grande casa di campagna inglese, e pescando dallo stile di Maisons du Monde, abbiamo scelto una grande credenza e altri mobili che rendono lo spazio caldo e accogliente. Sulle pareti che sovrastano i fuochi — realizzati in partnership con Neff — ci sono mensole piene di oggetti vintage e di design, frutto del lavoro di ricerca della nostra stylist Stefania Aledi: che ha coinvolto le aziende MVH, F&H, Madame Stoltz e Mr Plant. Abbiamo vestito invece le pareti con la carta da parati della collezione Gucci Décor. Ispirata a un tessuto vintage, la stampa Herbarium raffigura un delicato motivo Toile de Jouy con foglie, fiori e rami di ciliegio. Che ben dialogano con le piante di limone, mandarino e pistacchio. Così come con quelle di ulivo e alloro con cui Piante Faro ha animato il grande terrazzo della Cucina che affaccia sui tetti di

Brera. E dal quale, con occhio attento, si può scorgere l'antica insegna del *Corriere della Sera* in cima allo storico edificio al civico 28 di via Solferino, realizzato nel 1904 dal più noto architetto del tempo, Luca Beltrami.

Da oggi, quindi, la nostra cucina di redazione ha un nuovo volto. Qui continueremo a realizzare videoricette, raccontando attraverso i piatti trend, ingredienti, produttori e aziende d'eccellenza. Ma, anche, dando spazio a chef, amici del magazine e ai nostri contributor che giorno dopo giorno proseguiranno a ragionare con noi e insegnarci trucchi e preparazioni per migliorare la vita ai fornelli. E mantenendo questo come un luogo adatto dove testare, creare e interpretare ricette semplici o complesse. Anche da parte di chi — qualche giornalista, tra una frusta impugnata male e una bruciatura con il caramello salato, l'ha ammesso in video — in cucina prima non aveva mai messo piede. O quasi. Lo faremo con il supporto di un team eterogeneo, che vede il lavoro congiunto dei professionisti di *Corriere Tv* e quelli di Agtw, le home economist di Blessed Brands, la stylist Stefania Aledi e il fotografo Paolo Lavizzari. Presto, però, questo spazio editoriale si evolverà ancora e diverrà ben più di uno studio di registrazione: nei prossimi mesi sarà teatro di food talk, incontri in streaming e molto altro. Divenendo, finalmente, quella piazza (non solo virtuale) dove la nostra comunità di lettori potrà incontrarci e incontrarsi.

Sopra, nella foto, una veduta della cucina di scena nello studio di registrazione polifunzionale della redazione di *Cook*. A sinistra, dall'alto: un dettaglio del terrazzo con il nuovo allestimento green; la credenza che raccoglie i props usati per gli shooting; una preparazione. In basso, un dettaglio della cucina

LE SFUMATURE (DÉCOR) DELLA SOSTENIBILITÀ

di **Wladimir Calvisi**

Da una parte l'emozione. Dall'altra la funzionalità. È tra queste due filosofie che si muove, sempre di più, l'organizzazione degli spazi casalinghi. Dagli oggetti alla gestione degli spazi, dai materiali ai colori. Sono nuove esigenze, nate con e dopo la pandemia, e voglia di rinascita. «C'è un nuovo bisogno di esprimersi — spiega Géraldine Florin, direttrice artistica di Maisons du Monde — anche nell'arredamento e nel décor. Le scelte di oggetti e spazi diventano più personali, specchio di sé, ma devono essere anche più funzionali, intercambiabili. Così, un tavolo può essere uno spazio per gli aperitivi con gli amici ma anche un luogo di lavoro. Un accessorio sarà utile, ma anche colorato, diverso, materico. Ognuno riflette un qualcosa. Con un filo conduttore: la sostenibilità». Ma cosa vuol dire sostenibilità e come la si declina in una casa o in una scelta di un oggetto? «Una casa può essere accogliente e di tendenza, ma anche sostenibile. E per sostenibilità noi intendiamo un concetto ampio — continua Florin —. Per Maisons du Monde, sostenibilità è un filo rosso che unisce sociale, ambiente e impresa. Va dalla produzione degli oggetti alla partecipazione a progetti di tutela ambientale fino alla collaborazione con organizzazioni che operano in questo campo. Significa riduzione dell'impatto ambientale e riutilizzo dei prodotti, per il quale abbiamo un progetto specifico di seconda mano. Però vuol dire anche una politica interna di risorse umane che favorisce diversità e inclusione, con effetti concreti: ad esempio da noi le donne ricoprono il 50 per cento delle 100 posizioni apicali. Abbiamo messo tutto insieme in un progetto unico, *Good is Beautiful*, che rafforza proprio questi concetti, che già portiamo avanti da anni, ma ora diventano più forti». Come si può essere più sostenibili nelle nostre scelte quotidiane, anche legate al decor? «La sostenibilità non deve essere una tendenza, ma una sorta di obbligo, un'esigenza, un impegno — aggiunge Florin —. Per noi lo è. E proviamo a guidare le persone verso scelte più responsabili. Nelle nostre linee, ad esempio, di diverse tipologie e per diversi ambienti ed esigenze, proponiamo prodotti che rispettano questi criteri di sostenibilità». Ma come possiamo dire che un prodotto fabbricato in Asia e poi venduto in Italia sia sostenibile? «Sostenibilità significa proteggere il Pianeta e l'uomo. In Asia ci sono produzioni importanti e capacità spesso uniche sulle lavorazioni di tessuti, ceramiche e legno — sottolinea Florin —. Se ad esempio collaboriamo con un'azienda in Vietnam, verifichiamo quali sono le condizioni di lavoro, gli orari, come sono pagati e trattati. Supportiamo l'insieme e la loro capacità di lavorare. E la certifichiamo. Sta a noi supportarli e accompagnarli, mantenendo lì la loro capacità di produrre. È importante mettere al centro sia la natura che l'uomo. Stesso discorso sulle materie prime, che devono essere ecosostenibili». Poi c'è il trasporto, però. «È un aspetto sul quale lavoriamo molto. Anche questo va visto in un quadro d'insieme, tutelando tutti gli aspetti di una produzione. I trasporti, poi, da lì sono effettuati via mare, che a livello di emissioni di Co2 sono inferiori a quelli dei camion che fanno su e giù per le strade dell'Ue». Produzioni e specificità locali, quindi, succede anche in Europa? «Sì, anche qui abbiamo un progetto specifico, con un *marketplace* che, solo in Italia, conta oltre 114 brand partner selezionati, come Seletti o Biancoperla. Produzioni originali e di eccellenza, che coprono aree complementari alle nostre produzioni ed esigenze specifiche. E per aiutare nella scelta e nelle realizzazioni degli spazi, proponiamo anche un servizio di consulenza Interior design, online e dedicato a tutti, a prezzi contenuti, con i nostri esperti a disposizione».

Géraldine Florin, direttrice artistica di Maisons du Monde

L'ARCHITETTO IN CUCINA

INSTAGRAM SCOUTING

di **Irene Berni***

LA SECONDA VITA (CON STILE) DI AURELIE MAZUREK

Aurelie (@aureliemazurek) ha scelto di cambiare: ha lasciato il suo lavoro, la vecchia casa, le sue abitudini e si è trasferita con i figli e il marito nel cuore del Périgord per dedicarsi a una vita semplice a contatto con la natura e alla ristrutturazione di una casa che un giorno diventerà una *gite d'hotes*. Forse per questo è in assoluto il profilo Instagram nel quale, al momento, mi rispecchio di più. Con Aurelie condivido anche la passione per lo styling, il fai da te e mi rivedo nel suo spontaneo celebrare ogni piccolo successo. Si ritrae al lavoro in prima persona: trovo non ci sia niente di più stimolante. Con lei mi ritrovo a rimuovere le romantiche carte da parati dalle pareti, a carteggiare mobili, a testare colori da utilizzare. Ma non solo. Ogni giorno condivide i ritrovamenti dei mercati dell'antiquariato locali, le tavolate improvvisate in giardino per la sua piccola famiglia, le camminate nelle campagne francesi e facili *do it yourself* che utilizza per intrattenere i figli. Cucina facili ricette dall'aspetto delizioso. Lei ha semplicemente il tocco magico nello styling ma soprattutto comunica in modo straordinario, quasi senza saperlo: e questo la rende ancor più affascinante. Non mi stupisce che abbia creato negli anni una comunità di donne che la stimano e supportano quotidianamente. Profili social così sono film che non vorresti mai finire di guardare. Non è così scontato riuscire a narrare una vita vera fatta di alti e bassi e sano, duro, lavoro. Quando incontro profili come questo li respiro a pieni polmoni: sono boccate d'aria fresca.

*Cuoca e stylist, gestisce il b&b Valdirose

In un appartamento classico arredato con gusto nordico, la zona fornelli si integra in salotto grazie a un lungo piano da lavoro e alla tavola dove mangiare, lavorare e passare ore a chiacchierare

Il tavolo è in legno naturale, mentre le sedie sono un classico intramontabile del design: è il modello Cesca di Marcel Breuer in tubolare d'acciaio e paglia di Vienna. Il lavello sottofinestra è stato realizzato nello stesso materiale del piano: un Hpl con una finitura effetto resina, che crea un effetto di continuità

LIVING MULTI-FUNZIONE

di **Clara Bona***
foto di Ludovica Donvito

Quando si progetta una casa in cui la zona giorno ospita anche la cucina ci si trova di fronte a due scelte, entrambe valide. Si può decidere di nascondere la zona più operativa, magari schermandola dietro a un muretto basso o a una parete scorrevole. Oppure si sceglie di enfatizzarla e di metterla in evidenza. È una scelta non solo estetica, ma che dipende molto anche dal proprio stile di vita, dalle abitudini personali e da quello che più ci piace fare. Chi predilige uno stile informale, ama cucinare e invitare tanti amici, di solito non ha dubbi: preferisce trasformare la cucina in una grande sala da pranzo, da vivere a tutte le ore. Proprio come ha fatto la giovane coppia che abita in questa casa: il desiderio era di avere una cucina spaziosa, comoda da usare e bella da vedere. L'idea è stata quindi di sfruttare tutta la parete principale del living con un lungo piano di lavoro che ospita fuochi e lavello, e che termina con un altro piccolo bancone che gira sotto a una nicchia con mensole. Il disegno dei mobili, realizzati su misura, è classico ma non lezioso: c'è una piccola cornice che ingentilisce le ante e le rende più ricercate, pur essendo essenziali e senza maniglie. Il contesto è d'epoca: siamo in una casa d'inizio secolo, con vecchi pavimenti in legno, cornici in gesso e stucchi sui soffitti, e una tipica finestra in ferro che si affaccia sul verde di un giardino. Ma il rimando allo stile classico finisce qui: tutto il resto dell'arredo è di design, con una lieve nota di sapore nordico. La parete di fondo è stata dipinta in una calda tonalità verde pistacchio, che stacca dai mobili color tortora chiaro e crea un forte contrasto con le lampade nere. Il tavolo è in legno naturale, mentre le sedie sono un classico intramontabile del design: è il modello Cesca di Marcel Breuer in tubolare d'acciaio e paglia di Vienna. Il tavolo è il vero fulcro vitale della casa: qui si passano ore a chiacchierare, mangiare e a volte a lavorare, in un ambiente in cui sembra quasi di essere in vacanza. Anche quando, invece, si va di corsa.

La lampada a braccio sopra la cucina è un'idea utile per indirizzare la luce dove serve, se si sta lavorando. E allo stesso tempo riempie la parete e crea un effetto décor moderno, ma caldo e accogliente. Scelta nella versione con il doppio braccio diventa ancora più comoda e flessibile. Le mensole sono molto pratiche e semplici

*Architetto e giornalista, ha fondato Studio '98 a Milano

Tessuti preziosi, piatti firmati, vetri in colori soft e un'attrezzatura da perfetto barman da mettere in bella mostra anche in salotto
I migliori oggetti per la casa

TAVOLE D'AUTUNNO

a cura di **Isabella Fantigrossi**

RICAMATA A MANO
LA TOVAGLIETTA

Ispirate al leggendario «Carlyle» bar di New York, amato dai Kennedy e decorato da Renzo Mongiardino, le nuove tovagliette autunnali di Cabana sono realizzate, per questa piccola collezione in edizione limitata, in collaborazione con l'azienda anglo-americana Chelsea Textiles. In tessuto misto di lino e cotone color crema, le tovagliette Carlyle sono decorate con un bordo geometrico rosso e oro e sono arricchite dai motivi floreali ricamati a mano. Da abbinare ai tovaglioli Carlyle. Fa parte della collezione anche la tovaglia serigrafata a mano con grandi motivi agrumati e floreali.

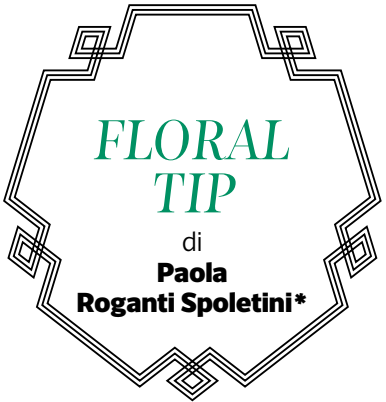
EFFETTO SORPRESA
LA BROCCA

Il tappo funge anche, una volta rovesciato sulla base rosa, da bicchiere per l'acqua. È la bottiglia décor in vetro verde soffiato a bocca della collezione Calypso di Serena Confalonieri. Designer e art director milanese, Confalonieri ha debuttato con il suo marchio nel 2013. Oggi disegna e produce bicchieri, brocche, specchi, vasi, tappeti. La bottiglia Calypso è realizzata a mano da abili artigiani italiani: per questo ogni pezzo è unico e diverso dall'altro. Disponibile anche nella variante blu e ambra.

FRANCESE
LA COLLEZIONE

La storia dei piatti francesi Gien, fabbrica manifatturiera fondata dall'inglese Thomas Hall, comincia a inizio Ottocento nella valle della Loira. E ancora oggi il marchio è sinonimo del lusso francese. Tra le ultime novità della casa, la collezione di piatti realizzata con i disegni della boutique-laboratorio di Parigi Antoinette Poisson. Ciascun piatto è diverso dall'altro. Tutti sono decorati con motivi floreali e geometrici e il bordo colorato dipinto a mano. Sono disponibili come piani, fondi e dessert.

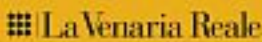
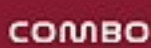
COCKTAIL
IL SET DA BAR

Apribottiglie, colino, jigger (il misurino da barman) e coltello. Coloratissimo come caramelle, il set di strumenti da cocktail di Anthropologie, in legno, resina e acciaio, è stato progettato in esclusiva dalla designer londinese Matilda Goad. Goad, conosciuta per le sue raffinate rivisitazioni del classico stile di campagna britannico, ha ideato un piccolo supporto in legno colorato, perfetto da tenere sul carrello bar, al quale appendere i quattro strumenti. Completa il set della designer uno shaker coloratissimo.

ROSE, CARDI E VIBURNO PER LA ZUCCA FIORITA

INGREDIENTI

Zucca, cellophane, spugna per fioristi, cesoie, stuzzicadenti lunghi da spiedino, fiori a vostra scelta.

Ottobre e novembre sono i mesi delle zucche. Quale modo migliore, dunque, di arredare la nostra tavola se non con una bella zucca fiorita? Non preoccupatevi, non è difficile realizzarla, basta seguire queste indicazioni. Comprate una zucca a vostra scelta, tagliate orizzontalmente la sezione superiore in modo da lasciare una parte più consistente alla base ed una sezione più piccola che chiameremo cappello. Svuotatela bene e lasciatela asciugare per qualche ora, in modo che poi non ammuffisca. Una volta asciutta, ritagliate un pezzo di cellophane della misura della parte inferiore della zucca e adagiatelo sul fondo. Ritagliate anche la spugna da fioristi precedentemente bagnata e inseritela nella zucca svuotata (la mattonella di spugna può essere acquistata in qualsiasi negozio di fiori: ricordatevi che la maniera giusta per bagnarla è lasciarla galleggiare a filo d'acqua aspettando che scenda sul fondo da sola). Ora, inserite due stecchini nella spugna e fissate alle punte superiori il cappello della zucca, lasciando dunque una fessura vuota che andrete a riempire con i fiori. Iniziate con quelli più grandi per poi coprire gli spazi vuoti con i più piccoli. Noi per questa foto abbiamo scelto: lysianthus rosa, rose da giardino, erika, cardi verdi e bacche nere di viburno. Volendo, potete realizzare la zucca anche con i fiori secchi oppure senza cappello con una candela al centro.

*Fioraia, gestisce il negozio Coral di Milano con la socia Tiziana Temporali

REGIONE PIEMONTE
CITTÀ DI TORINO
Torino e provincia
La Venaria Reale
Residenze Reali Sabaude
Museo Nazionale del Cinema Torino
BUONISSIMA
CIBO ARTE BELLEZZA
A TORINO LA CUCINA
E' UNO SPETTACOLO!
DAL 26 AL 30 OTTOBRE
Chicco Cerea
Roy Paci
Davide Oldani
Alain Ducasse
Samuel
Francesco Brutto
Andoni Luis Aduriz
Chiara Pavan
MAIN SPONSOR
Alberto Massucco Champagne
Barilla
BluRhapsody
EATALY
LAVAZZA
1895 Coffee Designers
mastercard
PARMIGIANO REGGIANO
Tartuflanghe
GOLD SPONSOR
ACQUERELLO.
FONTANAFREDDA
GUIDO GOBINO
SILVER SPONSOR
CAMPARI
Leone
LURISIA
ROI
REAR
VESTIL
SPONSOR TECNICI
AISPiemonte
COMBO
RED OYSTER
CONTENT PARTNER
Tuorlo
INFO&BIGLIETTI
www.buonissimatorino.it

Protagonista dell'ultima edizione dello Swiss Cheese Award, il formaggio a latte crudo che racchiude il gusto di montagna si mangia fuso almeno dal 1574. Molte le eccellenze elvetiche presenti in gara: nelle valli isolate del Cantone Vallese, all'ombra del Cervino, la tradizione dell'arte casearia è secolare

L'ANTICO RITO DELLA RACLETTE DU VALAIS

di **Gabriele Principato**

Si gusta mettendo in pratica un centenario «rituale» gastronomico. E il segreto del suo sapore deciso di montagna viene dal latte crudo usato per produrla, proveniente da mucche alimentate con erba d'alpeggio d'estate e fieno di prateria in inverno. La Raclette du Valais, piccolo miracolo dell'arte casearia svizzera, quest'anno è stata la protagonista della dodicesima edizione dello Swiss Cheese Awards — ideato e diretto da Fromarte, l'associazione di categoria degli artigiani elvetici —, tenutosi lo scorso mese proprio nella sua zona di produzione: a Le Châble, in Val de Bagnes, nel Cantone Vallese. Qui 150 giurati provenienti da Svizzera, Europa e altri paesi d'oltremare si sono riuniti per valutare oltre mille formaggi svizzeri, suddivisi in 32 categorie.

A pasta elastica molto fondente, dal colore giallo intenso e una stagionatura che va dai quattro ai sei mesi, la Raclette du Valais — riconosciuta Dop nel 2007 — si gusta grattando lo strato di formaggio fuso che si crea sulla fetta di una forma posta davanti al fuoco. E da questo gesto prende il nome sin dal 1874: il verbo *racler*, infatti, significa «raschiare». L'invenzione di questa sorta di antico «rituale», che si ripete ogni anno nella stagione fredda, secondo una leggenda risale ad un viticoltore, un tale Léon, che in una giornata particolarmente rigida decise di riscaldare un pezzo di formaggio sul fuoco a legna di un falò, per mangiarlo fuso. Una pratica che nella regione è documentata almeno dal 1574. Del resto, in queste valli isolate della Svizzera sudoccidentale, all'ombra del Monte Cervino e al confine con Piemonte e Valle d'Aosta, la tradizione casearia è antichissima — le prime testimonianze storiche risalgono al IV secolo prima di Cristo —, perché un tempo rappresentava l'unica soluzione per conservare il latte e garantirsi sussistenza durante il corso dell'anno. E anche l'alta qualità dei prodotti della zona risale a tempi remoti.

Già lo storico Plinio, in epoca romana, citava la bontà dei pascoli della regione e dei suoi formaggi, usati nei secoli persino come moneta di scambio ed esportati in Italia sin dal Medioevo. Da allora la produzione è rimasta tradizionale e ci sono ancora ben 25 caseifici in centri rurali e altrettanti in alpeggio. Questo perché, anche se le ricette sono per tutti le stesse — i casari si sono riuniti in una federazione nel 1919 —, sono i diversi *terroir* a donare ai formaggi sapori differenti. Ciò è dovuto al suolo, all'esposizione, al microclima, ma anche all'altitudine e ai trattamenti applicati nella coltivazione dei mangimi. Così come alla flora batterica legata al sito di produzione e al latte. E, ovviamente, all'abilità e alle competenze che i casari si tramandano di generazione in generazione. Tutto questo è alla base dei capolavori caseari di questa regione, come — oltre alla Raclette du Valais Dop di Bagnes — la Tomme de Brebis de Martigny, dalla crosta fiorita e la pasta piuttosto molle e cremosa. Oppure, il formaggio fresco di capra di Grimisuat, realizzato da un caseificio comunitario dal 1981 con latte di mucche e capre. O, ancora, il Bleu du Valais, che deve il suo gusto alle muffe nobili che si sviluppano lungo i canali di areazione creati con degli aghi all'inizio della maturazione. E, poi, la toma fleurette de Rougemont, a pasta molle, viene realizzata con latte crudo di montagna come l'Etivaz Dop, un formaggio d'alpeggio prodotto unicamente durante la stagione estiva in paioli di rame riscaldati con il fuoco a legna e stagionato su tavole di abete rosso.

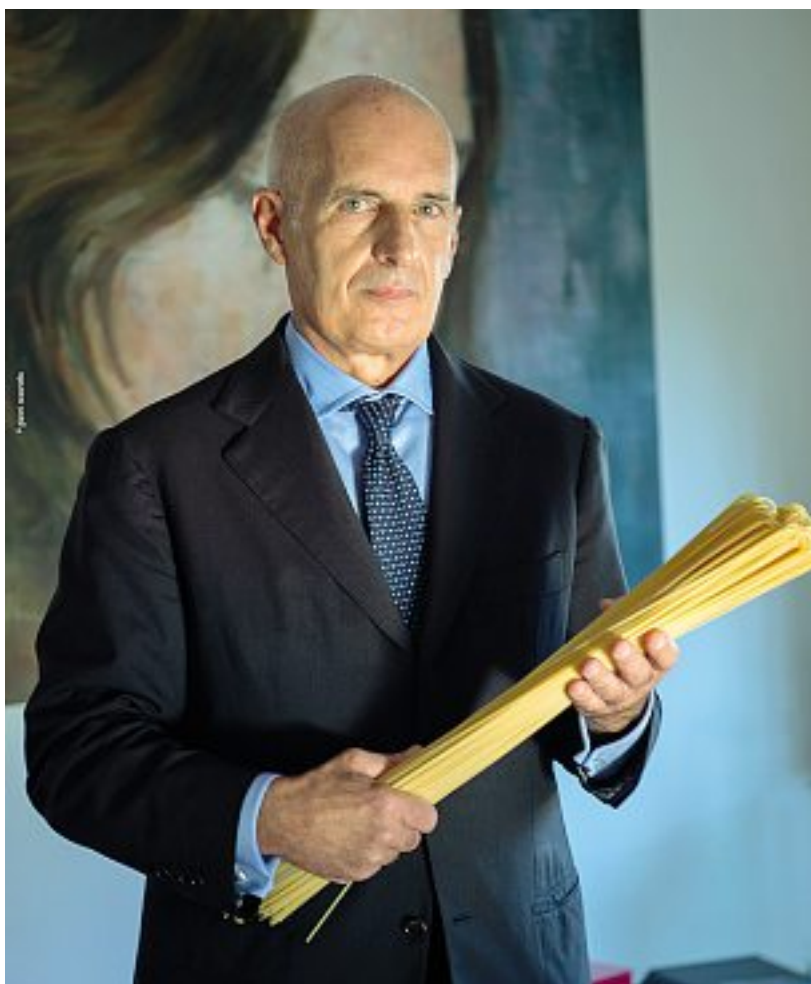
SAPIENZA CENTENARIA

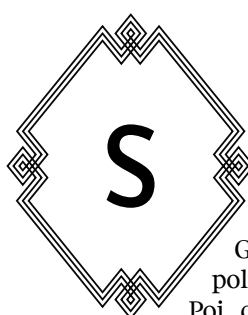
Eccellenze protagoniste dell'edizione 2022 dello Swiss Cheese Awards, che quest'anno ha visto aggiudicarsi il titolo di Campione di Svizzera Le Gruyère Dop di Marc Delacombaz, della Laiterie-Fromagerie di Montbovon, nel Canton Friburgo. Ma tanti altri sono stati i vincitori per le diverse categorie, tra cui la Raclette Haudères Dop di Daniel Perret, della Laiterie Centrale de la Commune d'Evolène société coopérative, nel Cantone Vallese. O, ancora, l'Etivaz Dop di Jean-Louis Karlan della Fromagerie d'Alpage La Sottana di La Lécherette, nel cuore delle Alpi vodesi. Dalla fine di questo mese, tra l'altro, i *cheese lover* avranno la possibilità di ordinare (sul sito *Fromagesuisse.ch)* e ricevere a casa le Swiss Cheese Awards Winner Box: dei cofanetti composti da una selezione di quattro formaggi fra i premiati dalla giuria internazionale.

IL PREMIO

La 12esima edizione dello Swiss Cheese Awards (*nella foto sopra*) si è tenuta nel Cantone Vallese. Territorio di produzione della Raclette du Valais (*nella foto sotto, al centro*). Nelle immagini in basso, a sinistra e a destra, due scorci delle valli, all'ombra del Monte Cervino, della regione della Svizzera sudoccidentale

Nove linee produttive e 197 milioni di euro di fatturato per lo storico Pastificio Garofalo. L'amministratore delegato Menna: «Attraverso l'evoluzione tecnologica tramandiamo la cultura dei nostri pastai»

Classe 1957, ingegnere, Massimo Menna è amministratore delegato del Pastificio Garofalo, il cui stabilimento (sotto) si trova in via Pastai 42 a Gragnano (Napoli). Dopo aver seguito tutte le fasi di lavorazione della semola, nel 1997 rileva le quote dell'azienda che cresce anche grazie a una politica basata sulla «valorizzazione dei rapporti umani, sul rispetto per l'ambiente e sulla ricerca della qualità»

IL CAPITALE UMANO CHE SI CELA IN UN PIATTO DI SPAGHETTI

di **Chiara Amati**

Si guarda intorno con il fare di chi ha ancora molte sfide da raccogliere. Gli occhi al vecchio stabilimento di Gragnano, a Sud della provincia di Napoli, sulle prime balze dei Monti Lattari. Poi, con l'orgoglio di chi sa di avere per le mani un gran capitale umano — «qui tutti siamo mossi dagli stessi valori e cioè trasparenza, correttezza, condivisione, desiderio di ricerca» — ammette: «Respiro questo profumo da sempre: non credo che mi stancherò mai. La semola è vita. Ci facciamo la pasta da generazioni. Il segreto del nostro successo? Il rispetto delle tradizioni che non significa lavorare come cent'anni fa, ma vuol dire tramandare la nostra cultura di pastai attraverso l'evoluzione tecnologica. E grazie alla dedizione di un gruppo appassionato i cui ideali condivisi — lascito di chi ci ha preceduto — si riflettono nella qualità di ogni prodotto. Ecco, questa è la nostra cifra». Classe 1957, Massimo Menna, amministratore delegato del Pastificio Garofalo — 220 dipendenti, un fatturato al 2021 di 197 milioni di euro nonostante la pandemia, nove linee produttive e uno stabilimento là dove l'acqua ricca di sali minerali, la brezza diurna e l'umidità notturna determinano la bontà degli impasti —, dal 1982 lavora alla crescita di una delle più antiche realtà produttive del Meridione.

«Era il 1789 quando Michele Garofalo, per regio decreto con anche Gennaro Montella, ottenne la concessione esclusiva per la produzione e la commercializzazione della pasta di buona fattura — racconta — . Godeva di così tanta affidabilità da poter multare chi, a parer suo, non era all'altezza di realizzare un prodotto soddisfacente. Negli anni questo attaccamento alla qualità si è acuito e il pastificio è divenuto un punto di riferimento». A metà Ottocento Alfonso Garofalo, al comando dell'omonima azienda ereditata dal padre Nunziante, punta all'ampliamento. Ai primi del Novecento il pastificio arriva ad avere due stabilimenti di produzione: uno per la pasta corta, l'altro per la lunga. Quello rimasto alla famiglia di Alfonso Garofalo andrà a morire tra gli anni Sessanta e Settanta. L'altro, negli anni Trenta, si costituisce nella Lucio Garofalo, l'attuale pastificio con il nome del fratello di Alfonso. Intorno ai Cinquanta il nipote di Lucio, Luigi, giovane laureato in legge, appassionato dei grani e dell'arte pastaia, dà nuovo impulso all'attività. E nel farlo si affida all'esperienza di Antonio Amato — «mio nonno», rivela Menna — che acquista il 50 per cento della Garofalo. Quello che fino ad allora era stato un mestiere piuttosto basico pur nella sua riconosciuta qualità, con la pasta che veniva lavorata grazie a macchine e tecnologie all'avanguardia per l'epoca — ora, con Luigi e Antonio, comincia a vivere la grande trasformazione industriale delle linee continue. Nel 1982, il giorno dopo avere conseguito la laurea in ingegneria, Menna entra in azienda «con la voglia di imparare, conoscere e capire anche il dettaglio più trascurabile, al fianco di tutte le persone che hanno contribuito a fare crescere il pastificio, seguendo da vicino ogni fase del percorso di trasformazione. Un sapere che chiunque fa proprio e tramanda in famiglia come in una sorta di staffetta transgenerazionale. Oggi come ieri, non è raro trovare contemporaneamente nonni, figli e nipoti. Grazie a ognuno di loro ho alimentato la mia passione». Nel 1997, due anni dopo la morte di Luigi Garofalo, la famiglia Menna rileva le intere quote dell'azienda. «Si trattava di riportare in auge

A sinistra: lo storico pastificio di Lucio Garofalo, a Gragnano (Napoli), in una foto d'epoca che risale agli anni Cinquanta. Qui sopra e in basso: due momenti della lavorazione e produzione della pasta secca. Sotto: Emidio Mansi, Global marketing director e direttore commerciale Italia dell'azienda

La nostra cifra? I valori che tutti condividiamo E che si riflettono nella qualità dei prodotti

un marchio che, dagli anni Settanta, realizzava formati di pasta conto terzi, indirizzati per lo più all'estero». La prima figura che accompagna il pastificio in questa nuova era è l'amico Luca De Luca, classe 1956, esperto conoscitore del mercato inglese, tra i più esigenti in fatto di controllo qualità. Insieme a lui Menna, dal 2001, cerca un varco nella piazza italiana. Lo trova anche grazie a Gianni Schisa, 64 anni, oggi direttore operativo «oltre che grande cuoco: insieme partiamo dalla tavola per capire come migliorare i formati di pasta esistenti e individuarne di nuovi».

Al trio si aggiunge Emidio Mansi, attualmente nel ruolo di Global marketing director e direttore commerciale Italia. «La tempesta perfetta», commenta lui, 54 anni, una laurea in Economia e Commercio e, in passato, una carriera avviata al Nord. «Sempre grazie a un giro di amicizie — uno dei nostri punti di forza — venni chiamato a Gragnano nel momento in cui volevo cambiare lavoro. Mai avrei immaginato di tornare alle origini: il terreno dove è stata costruita la fabbrica, e dove ora realizziamo la pasta, era di proprietà di un concorrente di Garofalo, Emidio Di Nola, e cioè mio nonno. Pastaio anche lui, con una grande azienda. Quando la chiuse, senza che fallisse, io ero solo un bambino. Mi disse: "Da grande darò concretezza al suo sogno, nella terra di famiglia. Non faccio l'imprenditore: ho costruito un marchio da zero e ogni giorno lavoro per comunicare passione, cultura, ardore attraverso la pasta. Che è nutrimento. Chi realizza un prodotto alimentare lo fa prima di tutto per sé. In virtù di ciò punta al meglio. Noi siamo in 220, ognuno nel proprio ruolo, a difendere, promuovere ed esaltare un brand che è sinonimo di eccellenza». E che, per effetto di una efficace strategia di marketing e comunicazione, oggi commercializza una grande varietà di pasta: in Italia e di nuovo all'estero, anche grazie all'entrata nel capitale dell'azienda della spagnola Ebro Foods.

«Quando nel 2014 Antonio Hernandez, presidente del Gruppo, mi propose una collaborazione — specifica Menna — ho pensato alle opportunità di crescita che una partnership simile ci avrebbe dato, con la garanzia di poter proseguire il nostro percorso in assoluta autonomia gestionale. Cosa che ci avrebbe permesso uno sviluppo industriale ancor più celere qui a Gragnano. Ho ritrovato nelle persone di Ebro le stesse qualità che cerco all'interno di Garofalo». E la stessa curiosità per l'universo della pasta che annovera semola di grano duro IGP trafilata in bronzo, senza glutine, ai legumi e cereali, integrale biologica. E poi pasta fresca ripiena e trafilata, farine e semole, gnocchi e chicche di patate, sapori etnici e atipici come il cous cous integrale, il bulgur di farro, quello biologico, grano saraceno e quinoa. «Persino olio extravergine cento per cento italiano da filiera tracciabile», puntualizza Mansi per il quale assicurare eccellenza è molto, ma non basta: «Serve farlo in maniera etica. Motivo per cui, dal 2009 abbiamo avviato un cambiamento sulla sostenibilità che ha visto la pubblicazione, nel 2019, del primo bilancio di sostenibilità. Il rispetto per l'ambiente, da cui ricaviamo materie prime eccelse prestando attenzione ai consumi energetici, alle emissioni, ai materiali usati, alla gestione virtuosa dei rifiuti, è la base. In più lavoriamo sulla valorizzazione del team. Consapevoli del fatto che un piatto di pasta ha un sapore migliore se mangiato in amicizia».

La meravigliosa storia del Prosecco

UN VINO CHE RESTA ALL'APICE DI UN SUCCESSO DOVUTO ALLA CAPACITÀ DI TRASFORMARSI RESTANDO SEMPRE FEDELE A SE STESSO

In ogni occasione, importante o goliardica che sia, dalla laurea alla serata con gli amici, dalle feste in famiglia al capodanno; in tutti quei momenti della vita dove si sente il bisogno di festeggiare e di condividere gioia con gli altri, si arriva al punto in cui si stappa una bottiglia per fare un brindisi beneaugurale. È un rito, che si ripete da secoli, a cui nessuno rinuncia. Accade in qualsiasi paese si vada. Ma il vino perché accompagni questi momenti in modo piacevole, si sa, deve anche essere buono e regalare un'esperienza di percezioni e sapori. Lo sanno bene gli italiani, che ne sono grandi produttori grazie a una fortunata storia vinicola e una cultura del bere di qualità che non ha pari. Il merito di riuscire a produrre vini di altissimo pregio è frutto di una forte tradizione, ma anche di tecniche specifiche, raffinate nel tempo, e di un territorio davvero unico al mondo. A questo si aggiunge il fatto che da qualche anno le nuove generazioni hanno cominciato ad appassionarsi alla scienza enologica e sono riuscite, rispettando un'antica sapienza, a catapultare nella contemporaneità una tradizione millenaria. Tra i tanti vini, fiori all'occhiello del Bel Paese, spicca, senza ombra di dubbio, il Prosecco, vitigno di antichissime origini che oggi ha ritrovato nuovo fulgore e modernità.

GIOVANE, ITALIANO E UNICO

È quello che è avvenuto a V8+, un'etichetta che ha trovato nuovo slancio grazie all'intervento più che valido di un team di giovani etnologi di confermato talento, che sulle placide colline di Valdobbiadene e tra il Veneto e il Friuli, sono riusciti a nobilitare l'uva Glera, portandola da semplice materia prima tipica di questi territori ad aristocratica signora del Prosecco. Un'importante rivoluzione dovuta a sofisticati processi di spumantizzazione e alla selezione molto attenta e sapiente dei lieviti. In poco tempo questi talentosi enologi sono riusciti a fare emergere nuovi sentori e profumi, rendendo la linea di prosecchi tanto versatile da differenziarla in sette declinazioni, ognuna con la sua particolare caratteristica. Il segreto per ottenere questi spumanti freschi e profumati, è quello di esaltare al meglio le note fruttate e floreali dell'uva grazie a una più efficace estrazione e conservazione degli aromi. V8+ è diventato, così, in breve tempo un prodotto di altissima qualità, fedele al tradizionale processo di spumantizzazione Martinotti, detto anche "Charmat", che risale addirittura al 1895 ma che è stato reinterpretato in chiave contemporanea, divertente, eclettica e capace di sorprendere per la sua straordinaria originalità. Un Prosecco, insomma, che riesce a raccontare tutti i suoi colori e le sue sfaccettature, senza perdere di personalità e riuscendo a integrarsi a pieno nel veloce mondo odierno. Tutte caratteristiche che ne fanno uno straordinario vino.

> *Le sette bottiglie parlanti di un Prosecco che non teme rivali, fresco e profumato, ci portano dentro il mondo di uno dei vini più conosciuti al mondo*

GLI STORYTELLER DEL PROSECCO

Avvicinare chi beve a conoscere la storia di ogni bottiglia è stato un obiettivo che V8+ ha raggiunto nel 2021 rinfrescando il suo brand anche con un nuovo design e un efficace stile di comunicazione. Ogni etichetta, infatti, ha un colore, un carattere e un nome ben definiti. In ogni capsula è stata apposta una frase che indica le caratteristiche peculiari del prodotto e i dettagli sul perlage. Queste bottiglie "parlanti" sono dei veri e propri racconti appassionanti. È così che le etichette ripercorrono la storia di ognuno dei preziosi prosecchi a cui fanno riferimento, contribuendo a determinare un contatto più diretto con chi andrà a gustare il vino. Per V8+ è di primaria importanza fare divulgazione, potenziare la cultura legata al buon vino e promuovere al contempo la bellezza dei territori. Per questo, nell'ultimo anno, sono stati promossi dei tour degustativi in tre importanti città italiane. Le porte di Milano, Verona e Trieste si sono aperte ai visitatori mostrando luoghi segreti e inusuali, sono stati pensati itinerari di scoperta delle loro bellezze architettoniche con l'aggiunta di soste strategiche in alcuni dei locali di ristoro della città, in modo da potere riposare, lasciar decantare quanto visto sorseggiando e degustando un buon calice di bollicine V8+ accompagnato da un leggero finger food.

SETTE ETICHETTE, UN ARCOBALENO DI GUSTO

Sono sette esperienze diverse per potersi adattare a ogni esigenza e momento. Sette bottiglie, una ben distinta dall'altra, ma unite tutte da un unico denominatore, ovvero la qualità senza compromessi. Il Cartizze DOCG, con le sue note pregiate e gustose, per esempio, è l'ideale per chi avesse voglia di un aperitivo o un dopo cena importante. Chi ama la tradizione veneta non potrà fare a meno del sofisticato Valdobbiadene DOCG, che nasce su colline calcaree di un territorio di grande tradizione spumantistica. E poi non si può rinunciare ai Millesimati o ai sentori avvolgenti dei Cuvée. La forza di queste etichette sta proprio nella diversità di ognuna dall'altra, ogni bottiglia è lo scrigno di una varietà impressionante di profumi, sensazioni e sapori grazie alla variegata territorialità, la particolare vendemmia, a volte manuale a volte meccanica a seconda dell'etichetta e delle esigenze. Ognuna racconta la sua storia e fa provare emozioni e sensazioni legate a un amore incondizionato per la terra e i suoi frutti. Un'esperienza unica che spiega come questo innovativo progetto sia riuscito a crescere sempre più vendendo oltre due milioni di bottiglie solo nel 2019. Da allora non si è più fermato e continua a sorprendere grazie alla sua ricerca di racconto inclusivo, democratico, autentico, di qualità e innovazione.

29 OTTOBRE - 27 NOVEMBRE
UMBRIA

L'EXTRAVERGINE A FRANTOI APERTI

Il frantoio diventa l'atelier di un fumettista che disegna dal vivo mentre il pubblico lo ammira, ascoltando un dj-set e assaggiando un aperitivo a base di olio appena franto. Le pareti invece ospitano alcune mostre di tavole e vignette. È anche questo «Frantoi aperti in Umbria», la manifestazione che, arrivata alla XXV edizione, per cinque weekend, dal 29 ottobre al 27 novembre, celebrerà con diversi appuntamenti in tutta la regione l'arrivo del nuovo extravergine. Nel frantoio, appunto, ma anche tra gli olivi e nelle piazze. In programma ci sono sperimentazioni artistiche nel paesaggio olivato, con piccoli interventi lungo i percorsi di trekking, e poi concerti vicino a ulivi secolari, passeggiate, esposizioni artigianali, assaggi e aperture straordinarie di castelli e palazzi. Info: *frantoiaperti.net* (*b.m.*)

26-30 OTTOBRE
TORINO

BUONISSIMA

Una Torino da mangiare e da bere ogni giorno e per tutte le tasche: ecco, dal 26 al 30 ottobre, «Buonissima», manifestazione che riscopre il capoluogo piemontese. Ad esempio con Vivaldi, i cui spartiti sono conservati alla Biblioteca Nazionale: al compositore veneziano, Alain Ducasse e Davide Oldani («D'O» di Cornaredo), coppia stellata molto affiatata, dedicheranno il 27 una cena alla Reggia di Venaria, sottolineata per contrasto da un'opera rock di Samuel dei Subsonica. Si torna a tavola (per beneficenza) il 28 al Museo Nazionale del Cinema con la cucina, stellata e illusionistica, di Chicco Cerea («Da Vittorio»), Chiara Pavan e Francesco Brutto («Venissa») e Matteo Baronetto («Del Cambio»). E le performance del musicista Roy Paci e le incursioni di Vladimir Luxuria, direttrice del Lovers Film Festival, e di Steve Della Casa, direttore del Torino Film Festival. Prima (il 26), alla Centrale Nuvola Lavazza, verrà premiato lo chef più ironico del mondo, in onore di Bob Noto, fotografo e gourmet scomparso nel 2017. Gli organizzatori, tra i quali il giornalista Luca Iaccarino, hanno pensato anche a cene nelle tipiche trattorie torinesi, con cuochi locali e non come Karime Lopez, e incontri, da Eataly, a base di agnolotti (di Ugo Alciati) e simili. Non mancheranno colazioni d'autore e laboratori, mentre domenica si chiude con un pranzo piemontese e un pomeriggio con i bistrot. Info: *buonissimatorino.it*.

Benedetta Moro

19-23 OTTOBRE
UDINE

EIN PROSIT, CENE E DEGUSTAZIONI

Rinascita e vini bianchi, i temi di quest'anno, da legare ai gusti di una cucina raffinata e internazionale, fatta da più di 70 chef pluristellati, da Niko Romito a Dabiz Muñoz. È la missione di «Ein Prosit», che si riprende la scena a Udine dal 19 al 23 ottobre con oltre 50 cene e 120 tra degustazioni e laboratori.

4-8 NOVEMBRE
ALTO ADIGE

MERANO WINE FESTIVAL

Dal 4 all'8 novembre è in programma il 31° Merano WineFestival. Appuntamento quindi con vini provenienti da tutto il mondo, prelibatezze gastronomiche, birre artigianali e distillati. Saranno presenti oltre 450 case vitivinicole, 200 artigiani del gusto e 15 chef di spicco. Focus anche sulla sostenibilità con un summit ad hoc.

SU INSTAGRAM
COOK

@COOK.CORRIERE

VIDEORICETTE

21 OTTOBRE
SARA PORRO
«Hummus creamy dreamy»

24 OTTOBRE
FRANCESCO PRUNEDDU
«Budino senese»

26 OTTOBRE
EDOARDO MOCINI
«Zuppa di cereali, fagioli e patate»

DIRETTE IG

19 OTTOBRE
FRANCO BERRINO
«La dieta mediterranea di cento anni fa»

25 OTTOBRE
IRENE BERNI
«La seconda vita (con stile) di Aurelie Mazurek»

ITINERARI

3 NOVEMBRE
FRANCIACORTA TOUR
«Rovato, 10 consigli ai piedi del Monte Orfano»»

10 NOVEMBRE
MARIANGELA MONTI
«Bordeaux bohémien tra vigne e spa»

HOW TO

27 OTTOBRE
CLARA BONA
«Living multi-funzione»

9 NOVEMBRE
PAOLA ROGANTI SPOLETINI
«Rose, cardi e viburno per la zucca fiorita»

FINO AL 4 DICEMBRE
ALBA

FIERA DEL TARTUFO BIANCO

«Time is up» (il tempo è scaduto) è il titolo della 92° Fiera internazionale del Tartufo Bianco d'Alba in programma fino al 4 dicembre. Che cerca di sensibilizzare sul tema della sostenibilità, ma anche offre un ricco programma di appuntamenti dedicati al tubero, dalle analisi olfattive agli show cooking, agli eventi folcloristici. Nell'area espositiva, in piazza Falcone, ad Alba, sarà acquistabile ogni weekend (anche il 31 ottobre e il 1° novembre) il meglio dei tartufi dei boschi di Langhe Roero e Monferrato, oltre ai prodotti locali.

IMPRESE/3

Capsule 100 per cento compostabili, sacchi di juta riutilizzati nei vivai, vassoi in plastica riciclata nei bar
E un comitato ad hoc nato nel 2021 per fornire all'azienda un piano d'azione onnicomprensivo:
da Caffè Vergnano, una delle più antiche torrefazioni italiane, il futuro guarda all'ambiente e alle persone

L'ESPRESSO SOSTENIBILE DA 140 ANNI

di **Gabriele Principato**

Capsule compostabili. Progetti sociali. Best practice quotidiane e un comitato aziendale dedicato a tracciare il futuro green di una delle più antiche torrefazioni italiane. «Il nostro percorso nella sostenibilità ambientale è un cammino fatto di qualità e cura, che mette al centro le persone e il Pianeta», spiega Carolina Vergnano, ceo del gruppo piemontese e quarta generazione della famiglia alla guida dell'azienda che ha appena festeggiato il suo 140esimo anniversario. «Per Caffè Vergnano ogni azione ha come obiettivi consapevoli il riciclo, la riduzione degli sprechi e il recupero dei rifiuti. Si tratta di un dovere morale, una grandissima responsabilità, che ci permette di contribuire alla realizzazione di un mondo migliore per le nuove generazioni».

Nel 2021, ad esempio, in occasione della Giornata internazionale della Terra, l'azienda ha creato un Comitato di sostenibilità, dotandosi così di un organo operativo che detti la linea in ambito green. A livello di processo produttivo l'azienda con sede a Santena, sulle colline torinesi, ha già ottenuto molti attestati nel corso degli anni, come la certificazione ISO 14001 (dal 1999) che garantisce un sistema di gestione per il controllo degli impatti ambientali delle proprie attività in ottica ecosostenibile. Ma uno degli impegni più grandi del gruppo — una realtà che vende ogni anno oltre un miliardo e 167 milioni di tazzine ed è oggi un'icona del rito dell'autentico espresso — è la trasformazione in risorse dei sottoprodotti della lavorazione del caffè, come per esempio i sacchi di juta, riutilizzati in ambito agricolo e vivaistico. Oppure, le oltre 100 tonnellate all'anno di pellicole di caffè derivanti dalla tostatura che vengono date all'azienda agricola Valbona di Poirino per essere trasformate in biogas: una miscela di metano e anidride carbonica impiegata per la produzione di energia elettrica e digestato, ovvero ciò che rimane dopo la produzione del metano che può essere utilizzato come fertilizzante.

Green sono anche gli imballi esterni. L'azienda — partecipata al 30 per cento da Coca Cola HBC, che ne cura la distribuzione esclusiva dei prodotti fuori dall'Italia — ha privilegiato materiali completamente di riciclo. Dalle capsule certificate compostabili — compatibili con le macchine ad uso domestico a marchio Nespresso e Lavazza A Modo Mio — che possono essere recuperate nella raccolta differenziata dell'organico, alle cialde e al caffè Bio, composto da origini di caffè provenienti da agricoltura biologica. Così come anche nel mondo dell'hotellerie e della ristorazione l'azienda cerca di incentivare soluzioni durature e più ecologiche, come le palette in bambù e prodotti in carta Fsc come tovaglioli, bicchieri take away, le tovagliette e i porta posate. I contenitori dello zucchero — esclusivamente italiano —, i portatovaglioli ed i vassoi, sono realizzati in plastica riciclata. Inoltre, all'interno delle caffetterie a marchio Caffè Vergnano 1882, grazie al progetto To Good To Go, baristi e clienti collaborano per abbattere gli sprechi alimentari. Ma l'attenzione che il gruppo pone all'ambiente continua anche nella quotidianità all'interno degli uffici. Infatti, da qualche anno ogni dipendente è stato dotato di una tazzina in porcellana e sono stati installati filtri dell'acqua nei rubinetti per limitare l'utilizzo di bicchieri monouso e bottiglie in plastica.

La sostenibilità, però, per Caffè Vergnano, non è solo ambientale, ma anche sociale. Ne è la testimonianza Women in Coffee. «Questo è il mio e il nostro sogno, in rosa», racconta Carolina Vergnano. Nato nel 2018 come progetto di raccolta fondi a favore delle donne che lavorano nelle piantagioni, oggi è diventato un contenitore più ampio di iniziative che spaziano dalla difesa dell'empowerment femminile alla promozione dell'equità di genere per arrivare ad azioni concrete a sostegno di cultura ed istruzione. Tra queste il supporto a scuole del territorio, a programmi di formazione rivolti a dipendenti e partner e l'accordo con Funtasia Education di Elisa Sednaoui — un'organizzazione senza scopo di lucro che opera a livello internazionale per fornire ad adulti e ragazzi gli strumenti necessari per diventare cittadini del mondo più responsabili, sani e consapevoli di sé. «Si tratta di un percorso di sostenibilità sociale — spiega —, un incontro di valori condivisi, che parlano di empowerment, inclusione, cultura ed istruzione. Un progetto in cui crediamo fortemente, che coinvolge ed emoziona e che è in continua evoluzione».

IL LIBRO

Ne *Il fuoco sotto al caffè*, edito da Mondadori Electa, il giornalista Luca Iaccarino ripercorre la storia avventurosa della famiglia Vergnano, fatta di viaggi intercontinentali alla ricerca dei migliori caffè da proporre sul mercato, azzardi e grandi passioni. Una vicenda che parte da lontano e arriva fino ai giorni nostri, intrecciandosi con la storia d'Italia

Primi piatti, pizze e dolci che «so' 'na squisitezza». Il cibo, soprattutto napoletano, è coprotagonista nei film e nella vita dell'eterna ragazza di Pozzuoli. Che ammette: «Tutto ciò che vedete lo devo agli spaghetti»

SOPHIA LOREN

LA MARGHERITA

Per dissimulare la perdita di un anello di smeraldi scomparso in circostanze imbarazzanti, «Sofia», avvenente pizzaiola ne «L'Oro di Napoli», finge che lo stesso si sia perso nell'impasto della pizza, coprotagonista del film

PASTA E FAGIOLI

Uno dei piatti-simbolo per l'attrice napoletana. Durante le riprese di «Una giornata particolare», Sophia lo portava sul set per deliziare artisti e maestranze. Ettore Scola e Marcello Mastroianni ne andavano matti

I FRUTTI DI MARE

I più freschi, in «Pane, amore e...», li vendeva un negozietto del centro di Sorrento. Nel ruolo della «smargiassa», Loren li offriva a Vittorio De Sica, l'anziano maresciallo dei carabinieri che lei cercava di accattivarsi

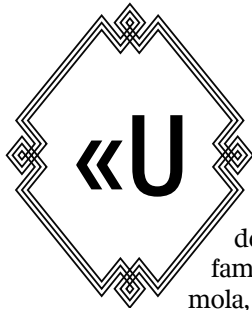
IL PANINO

Altro film, «Peccato che sia una canaglia», altro ruolo. Nei panni di Lina Stroppiani, Sophia Loren perseguita Marcello Mastroianni follemente innamorato di lei. Memorabile la scena in cui addenta un panino

I POMODORI

Tutto possono. In «Miseria e Nobiltà», Sophia-Gemma e la sua famiglia si fingono nobili per combinare un matrimonio. Quando rischiano di tradirsi, «'a pummarola» sopra un piatto di spaghetti fumanti svolta la situazione

IL RAGÙ

Nel film di Lina Wertmüller, «Sabato, domenica e lunedì», la Loren è Donna Rosa alle prese con il ragù, per la cui preparazione rischia una lite. D'altra parte a Napoli questo sugo è una prova da superare: negli anni Trenta come oggi

di **Chiara Amati**

«Una donna che sa fare la pasta a regola d'arte ha un prestigio che resiste a un qualsiasi richiamo del tempo». E lei, stella tra le stelle sulla Walk of fame lungo l'Hollywood Boulevard, un pugno di semola, dell'acqua e sale quanto basta li sa impastare alla perfezione. Classe 1934, nata a Roma ma cresciuta a Pozzuoli, Sophia Loren — settant'anni di carriera, due Oscar, cinque Golden Globe e una serie infinita di riconoscimenti che ne fanno l'attrice italiana più premiata al mondo — si conferma diva con i piedi saldi a terra: «Non ho mai pensato di essere un'icona internazionale. Quando cominci a crederlo, perdi il contatto con le tue radici e con chi sei davvero. Ogni mattina, quando mi alzo, sono sempre la ragazza nata a Pozzuoli». Con un attaccamento verace per quegli alimenti genuini che «portano a creare con le nostre mani piccoli capolavori conditi di affetto, simpatia e senso familiare». A Milano per l'inaugurazione del ristorante che porta il suo nome, il secondo dopo quello di Firenze, in partnership con Dream Food, società che fa capo all'imprenditore Luciano Cimmino, Loren parla della potenza del cibo come leva per abbattere i muri. Un linguaggio universale che unisce: «Cucinare significa donare un pezzetto di sé agli altri». Per tutta la vita condivide pranzi e cene con personaggi illustri, negli ambienti più esclusivi. Effetto planetario dell'eredità di Romilda, mamma caparbia che la voleva attrice. Eppure ai menu sofisticati dello star system anni Sessanta, al dilagare dei fast food e degli alimenti surgelati, Loren non riesce ad abituarsi. Preferisce i piatti autentici campani, lei: o' rraù, la pizza, il gattò di patate, il sartù di riso. Poi quella passata di pomodoro che «addà pippià»: deve cuocere a lungo e lentamente, fino a sbuffare. E la parmigiana di melanzane, «come la faceva mamma». Esalta la buona tavola Sophia, la porta sul grande schermo, a tutte le latitudini. Con orgoglio: «Sono napoletana al cento per cento in ogni cosa che faccio: quando canto, ballo, recito. E quando cuocio un piatto di pasta». Come gli spaghetti dei quali un giorno disse: «Tutto quello che vedete, lo devo a loro». Ieri come oggi. Sempre.

COOK

SUPPLEMENTO DEL CORRIERE DELLA SERA

OTTOBRE
ANNO 5 - NUMERO 9

Direttore responsabile
LUCIANO FONTANA

Vicedirettore vicario
BARBARA STEFANELLI

Vicedirettori
DANIELE MANCA
VENANZIO POSTIGLIONE
FIORENZA SARZANINI
GIAMPAOLO TUCCI

Responsabile editoriale

ANGELA FRENDA
In redazione:

Isabella Fantigrossi
(coordinamento magazine)

Chiara Amati

Wladimir Calvisi
(coordinamento web)

Alessandra Dal Monte
(coordinamento eventi)

Gabriele Principato

Lorenza Martini (grafico)

Ha collaborato:
Benedetta Moro

Art Director: MICHELE LOVISON

AVATAR ILLUSTRATI DI STANLEY CHOW

RCS MEDIAGROUP S.P.A.
Sede legale: via A. Rizzoli, 8 - Milano
Registrazione Tribunale di Milano
n. 242 del 4 ottobre 2018

REDAZIONE E TIPOGRAFIA
Via Solferino, 28 - 20121 Milano
Tel. 02-62821
PUBBLICITA'
CAIRORCS MEDIA S.P.A.
Sede operativa:
Via A. Rizzoli, 8 - 20132 Milano
Tel. 02-25841 - Fax 02-25846848
Referente: Diletta Mozzon
Marketing:
Marco Quattrone e Marta Lagrasta
ISSN 2724-4474 (print)
ISSN 2724-394X (online)